

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор \_\_\_\_\_

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

/ Павлова Н.М. /

2025г.

Десятидневное питательное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

3 день

День: Среда

Неделя: 1

| Год<br>изд.сборн<br>ика | № рец. | Прием пищи, наименование блюд                                 | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|--------|---------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------------------------------|
|                         |        |                                                               |              | Б                    | Ж     | У      |                                   |
| 1                       | 2      | 3                                                             | 4            | 5                    | 6     | 7      | 8                                 |
| <b>Завтрак</b>          |        |                                                               |              |                      |       |        |                                   |
| 2008/<br>АКП*           | 184/05 | Каша овсяная "Геркулес" с соусом ягодным<br>(ягодное ассорти) | 200/30       | 8,4                  | 12,0  | 30,5   | 251,0                             |
|                         | к/к    | Молоко питьевое                                               | 200          | 5,3                  | 5     | 9,6    | 108                               |
|                         | к/к    | Батон обогащенный микроэлементами                             | 70           | 5,6                  | 2,43  | 37,1   | 196                               |
| <b>Итого за Завтрак</b> |        |                                                               |              | 19,25                | 19,43 | 77,2   | 555                               |
| <b>Обед</b>             |        |                                                               |              |                      |       |        |                                   |
| 2008                    | 23     | Салат из помидоров и огурцов с растительным<br>маслом         | 60           | 0,54                 | 5,9   | 1,74   | 63,6                              |
| 2008                    | 95     | Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной                | 200/5        | 3,56                 | 4,48  | 17,5   | 160                               |
| АКП*                    | 336/04 | Бульон куриный с зеленью                                      | 200/10/2     | 4,3                  | 1,1   | 1,1    | 92                                |
| 2008                    | 265    | Плов (свинина)                                                | 240          | 19                   | 16,4  | 45     | 401                               |
| 2008                    | 402    | Компот из смеси сухофруктов                                   | 200          | 0,6                  | 0,1   | 25,7   | 131                               |
| 2008                    | 430    | Чай с сахаром                                                 | 200          | 0,2                  | 0,1   | 15     | 60                                |
|                         | к/к    | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный<br>микроэлементами           | 30           | 1,95                 | 0,3   | 13,5   | 66                                |
| <b>Итого за Обед</b>    |        |                                                               |              | 25,65                | 27,18 | 103,44 | 821,60                            |
| <b>Итого за день</b>    |        |                                                               |              | 44,90                | 46,61 | 180,64 | 1376,60                           |

Заведующий производством \_\_\_\_\_