

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М. /

2025г.

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

4 день

День: Четверг

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                     | 187    | Каша "Янтарная" (пшено, яблоко)                   | 230          | 8,1                  | 12,2         | 26,5          | 271,3                             |
|                          | к/к    | Молоко питьевое                                   | 200          | 5,3                  | 5            | 9,6           | 108                               |
|                          | к/к    | Батон обогащенный микронутриентами                | 70           | 5,6                  | 2,43         | 37,1          | 196                               |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |        |                                                   |              | <b>19</b>            | <b>19,67</b> | <b>73,15</b>  | <b>575,3</b>                      |
| <b>Обед</b>              |        |                                                   |              |                      |              |               |                                   |
| 2011                     | 70/2   | Огурец соленный (порционно)                       | 60           | 0,48                 | 0,06         | 1,02          | 7,8                               |
| АКП*                     | 73,01  | Суп овощной со сладким перцем                     | 200          | 4,6                  | 4,8          | 16,18         | 147,9                             |
| АКП*                     | 336/03 | Бульон куриный с гренками                         | 200/10/10    | 9,5                  | 7,6          | 18,1          | 171,6                             |
| АКП*                     | 21     | Рыба, запеченная по-онежски                       | 90           | 15,9                 | 16,8         | 23,8          | 280                               |
| 2008                     | 335    | Картофельное пюре                                 | 150          | 3,1                  | 5,4          | 20,3          | 174                               |
| АКП*                     | 29/04  | Компот из свежемороженных ягод (ягодное ассорти)  | 200          | 0,2                  | 0            | 25,7          | 105                               |
| 2008                     | 430    | Чай с сахаром                                     | 200          | 0,2                  | 0,1          | 15            | 60                                |
|                          | к/к    | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 30           | 1,95                 | 0,3          | 13,5          | 66                                |
| <b>Итого за Обед</b>     |        |                                                   |              | <b>26,23</b>         | <b>27,36</b> | <b>100,50</b> | <b>780,70</b>                     |
| <b>Итого за день</b>     |        |                                                   |              | <b>45,23</b>         | <b>47,03</b> | <b>173,65</b> | <b>1356</b>                       |

Заведующий производством