

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ «Центр питания "Здоровое детство"»

Павлова Н.М. /

2025г.



Десятидневное специализированное (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.

9 день

День: Четверг

Неделя: 2

| Год<br>изд.сборн<br>ика | № ред. | 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*           | 184/10 | Каша пшенная «Тихвинка» с ягодным сорусом<br>(свежемороженая ежевика) | 200/30       | 8,4                  | 12,2         | 27,0          | 279,3                             |
|                         | 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>19,25</b>         | <b>19,63</b> | <b>73,7</b>   | <b>583,3</b>                      |
| <b>Обед</b>             |        |                                                                       |              |                      |              |               |                                   |
| АКП*                    | 68     | Салат из моркови с маслом растительным                                | 60           | 0,73                 | 3,25         | 4             | 57,5                              |
| 2008                    | 95     | Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной                        | 200/5        | 4,56                 | 4,48         | 17,5          | 164                               |
| АКП*                    | 336/03 | Бульон куриный с гренками из батона<br>обогащенного микронутриентами  | 200/10/10    | 9,5                  | 7,6          | 18,1          | 171,6                             |
| АКП*                    | 339/01 | Филе птицы (индейка) в сметанном соусе                                | 90           | 13,5                 | 9,5          | 16,5          | 146                               |
| 2008                    | 325    | Рис отварной                                                          | 150          | 3,7                  | 6,3          | 32            | 203,0                             |
| 2007                    | 123    | Компот из свежемороженных ягод (клубника)                             | 200          | 0,2                  | 0,08         | 17,42         | 69,44                             |
| 2008                    | 430    | Чай с сахаром                                                         | 200          | 0,2                  | 0,1          | 15            | 60                                |
|                         | к/к    | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный<br>микронутриентами                  | 30           | 1,95                 | 0,3          | 13,5          | 66                                |
| <b>Итого за Обед</b>    |        |                                                                       |              | <b>24,64</b>         | <b>23,91</b> | <b>100,92</b> | <b>705,94</b>                     |
| <b>Итого за день</b>    |        |                                                                       |              | <b>43,89</b>         | <b>43,54</b> | <b>174,62</b> | <b>1289,24</b>                    |

Заведующий производством