

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 организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

4 день

20.03.2025г

День: Четверг

Неделя:

1

| Год изд. сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--------|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Завтрак | | | | | | | |
| 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 |
| Итого за Завтрак | | | | 19 | 19,67 | 73,15 | 575,3 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 70/2 | Огурец соленый (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 гречками | 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 свежемороженых 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 |
| Итого за Обед | | | | 26,23 | 27,36 | 100,50 | 780,70 |
| Итого за день | | | | 45,23 | 47,03 | 173,65 | 1356 |

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство" _____

Павлова Н.М. /

2025г.



Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

4 день

20.03.2025г.

День: Четверг

Неделя:

1

| Год изд.сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--------|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 187 | Каша "Янтарная" (пшено, яблоко) | 230 | 8,1 | 12,2 | 26,5 | 271,3 |
| 2008 | 432 | Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,3 | 107 |
| | к/к | Батон обогащенный микронутриентами | 70 | 5,6 | 2,43 | 37,1 | 196 |
| Итого за Завтрак | | | | 15,2 | 15,97 | 85,85 | 574,3 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 70/2 | Огурец соленый (порционно) | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 7,8 |
| АКП* | 73,01 | Суп овощной со сладким перцем | 250 | 5,7 | 5,9 | 22,62 | 182,3 |
| АКП* | 336/03 | Бульон куриный с гречками | 250/10/10 | 11,82 | 9,46 | 22,52 | 213,55 |
| АКП* | 21 | Рыба, запеченная по-онежски | 100 | 17 | 18,7 | 26,4 | 311 |
| 2008 | 335 | Картофельное пюре | 180 | 4,72 | 6,48 | 24,36 | 194 |
| АКП* | 29/04 | Компот из свежемороженых 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 | 40 | 2,6 | 0,4 | 18 | 90 |
| Итого за Обед | | | | 30,70 | 31,54 | 118,10 | 890,10 |
| Итого за день | | | | 45,9 | 47,51 | 203,95 | 1464,4 |

Заведующий производством _____