

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ



**Двухнедельное цикличное сбалансированное меню
бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет
муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 139,8 руб., в том числе
молоко 14,80 руб.**

6 сентября

День: 3 Среда
Неделя: 1

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|--|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| 434 | Молоко | 200 | 6,0 | 8,0 | 7,0 | 124,0 |
| к/к | Пряник | 40 | 1,1 | 2,2 | 18,4 | 137,6 |
| Итого за 2-й Завтрак | | 240 | 7,1 | 10,16 | 25,4 | 261,6 |
| Обед | | | | | | |
| 76 | Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной | 200/5 | 4,3 | 12,5 | 5,7 | 118,7 |
| 231 | Рыба, тушенная в томате с овощами | 100 | 16,4 | 8,3 | 2,8 | 120,5 |
| 325 | Рис отварной | 150 | 4,6 | 7,6 | 40,2 | 256,3 |
| 408 | Кисель из сока плодового или ягодного натурального | 200 | 0,6 | 0,5 | 32,9 | 163 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 50 | 3,25 | 0,62 | 19,75 | 97,8 |
| Итого за Обед | | 705 | 29,2 | 29,5 | 101,4 | 756,3 |
| Итого за день | | | 36,3 | 39,7 | 126,8 | 1017,9 |

Заведующий производством *Редас*