



УТВЕРЖДАЮ



**Двухнедельное цикличное сбалансированное меню  
бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и  
старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 125 руб.**

День: 1 Понедельник  
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
<b>2-й Завтрак</b>						
433	Какао с молоком	200	3,0	2,6	24,8	134,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,7	110,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>240</b>	<b>8</b>	<b>6,75</b>	<b>41,46</b>	<b>244,6</b>
<b>Обед</b>						
95	Суп из овощей со сметаной	250/5	3,6	3,3	12,1	146
283	Тефтели (1й вариант), соус сметанный	100/50	15,2	20,4	14	258,1
331	Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,8	43,2	251,5
394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	111,1
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,2
<b>Итого за Обед</b>		<b>825</b>	<b>28,3</b>	<b>30,2</b>	<b>113,0</b>	<b>844,9</b>
<b>Итого за день</b>			<b>36,3</b>	<b>37,0</b>	<b>154,5</b>	<b>1089,5</b>

Заведующий производством