

Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА"

дата

06.09.2023 г.



Ежедневное меню

8 день  
7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г	
<b>ЗАВТРАК</b>					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259	200	11,92	18,10	18,29	305,00
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	21,15	116,33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)	50	3,13	0,50	20,63	99,00
<b>Итого за весь прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>16,1</b>	<b>19,1</b>	<b>75,1</b>	<b>479,3</b>

**ОВЗ**

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	6,10	8,10	44,70	281,50
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	9,20	42,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>270</b>	<b>6,30</b>	<b>8,10</b>	<b>53,90</b>	<b>323,50</b>

**12-18 лет**

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г	
<b>ЗАВТРАК</b>					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259	250	14,30	20,50	25,30	406,00
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	21,15	116,33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)	50	3,13	0,50	20,63	99,00
<b>Итого за весь прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>21,6</b>	<b>21,5</b>	<b>82,1</b>	<b>679,3</b>

**ОВЗ**

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	6,10	8,10	44,70	281,50
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	9,20	42,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>270</b>	<b>6,30</b>	<b>8,10</b>	<b>53,90</b>	<b>323,50</b>