

Голосовкина
 Директор МБОУ Косаминской СОШ №2
 (Азисова А.К.)

Утверждаю
 Директор ООО "ОПТИМА"
 2023

Меню на 11.09.2023 г.
 Ежедневное меню
 1 день
 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ №174	200	5,46	7,20	35,12	240,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)	50	3,13	0,50	20,63	99,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3	35/5/10	5,80	6,00	11,60	147,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	200	3,16	2,66	15,94	100,60
Итого за весь прием пищи:	450	17,6	16,4	83,3	586,8

ОВЗ

БУЛОЧКА ВЕСНУШКА С ИЗЮМ	80	6,90	6,50	58,80	321,20
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕРАТА НА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫЙ ЭКСТРАКТАХ ТТК№21,1	200	0,10	0,00	30,70	126,30
Итого за прием пищи:	280	7,00	6,50	89,50	447,50

12-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ №174	250	6,82	11,50	47,30	333,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)	50	3,13	0,50	20,63	99,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3	35/5/10	5,80	8,30	11,60	147,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	200	3,16	2,66	15,94	100,60
Итого за весь прием пищи:	550	18,91	22,96	95,47	680

ОВЗ

БУЛОЧКА ВЕСНУШКА С ИЗЮМ	80	6,90	6,50	58,80	321,20
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕРАТА НА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫЙ ЭКСТРАКТАХ ТТК№21,1	200	0,10	0,00	30,70	126,30
Итого за прием пищи:	280	7,00	6,50	89,50	447,50