

Согласовано.

Директор МБОУ Краснодонской СОШ

О.Н.Волкова

«24» 09 2023 г.

Утверждаю
Директор ООО "ОПТИМА"

2023

Ежедневное меню

3 день

7-11 лет

| Наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценност ь ккал. |
|------------------------------------|--------------|----------|------------------|---------|-------------|------------------------|
| | | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492 | 200 | | 15,36 | 20,00 | 30,20 | 345,80 |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ) | 50 | | 0,41 | 0,05 | 0,84 | 5,00 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349 | 200 | | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) | 50 | | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 |
| Итого за весь прием пищи: | 500 | 98р.70к. | 19,2 | 20,6 | 67,7 | 516,2 |

12-18 лет

| Наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценност ь ккал. |
|------------------------------------|--------------|----------|------------------|---------|-------------|------------------------|
| | | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492 | 250 | | 18,50 | 22,44 | 38,70 | 432,25 |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ) | 50 | | 0,50 | 0,06 | 1,01 | 6,00 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349 | 200 | | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) | 50 | | 3,13 | 0,50 | 20,63 | 99,00 |
| Итого за весь прием пищи: | 550 | 98р.70к. | 22,43 | 23,00 | 76,34 | 603,65 |