

Утверждаю
Директор ООО "ОПТИМА"

дата



Ежедневное меню
8 день
7-11 лет

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-----------------------|
| | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | |
| 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 |
| Итого за весь прием пищи: | 500 | 16,1 | 19,1 | 75,1 | 479,3 |

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 |
| Итого за прием пищи: | 270 | 6,30 | 8,10 | 53,90 | 323,50 |

12-18лет

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-----------------------|
| | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | |
| 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 |
| Итого за весь прием пищи: | 550 | 21,6 | 21,5 | 82,1 | 679,3 |

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 |
| Итого за прием пищи: | 270 | 6,30 | 8,10 | 53,90 | 323,50 |