



Согласовано  
Директор школы

Бендас Л.И.

«19» октября 2023 год



Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА"

2023

**Ежедневное меню**  
**9 день**  
**7-11 лет**

Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307К/363К	90/30		11,30	11,30	14,10	205,60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №203	150		4,46	5,70	30,46	195,70
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200		0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,37	0,30	14,49	70,90
<b>Итого за весь прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>98р.70к.</b>	<b>18,4</b>	<b>17,3</b>	<b>74,3</b>	<b>532,2</b>

**12-18 лет**

Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307К/363К	100/30		12,70	12,80	15,50	227,30
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №203	170		5,19	6,50	34,50	221,80
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200		0,30	0,00	15,20	60,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,95	0,50	21,15	116,33
<b>Итого за весь прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>98р.70к.</b>	<b>22,1</b>	<b>19,8</b>	<b>86,4</b>	<b>625,4</b>