

01.09.2023г.



Утверждаю
 Директор МБОУ Озерская СОШ
 /Т.В.Андрощук/
 дата 01.09.2023г.

Утверждаю
 Директор ООО "ОПТИМА"
 дата 01.09.2023г.



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 |