Согласовано
Директор МБОУ Качалинской СОШ №2
(Азизова А.К.)

Утверждаю
Директор ООО "ОПТИМА"
2023

Меню на 08.11.2023 г.

Ежедневное меню

3 день

7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г	
ЗАВТРАК					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	200	15,36	20,00	30,20	345,80
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ)	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**	**19,2**	**20,6**	**67,7**	**516,2**
ОВЗ					
БУЛОЧКА ЛИСТИК	70	4,80	9,60	67,70	376,90
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
Итого за прием пищи:	**270**	**5,00**	**9,60**	**82,70**	**434,90**

12-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г	
ЗАВТРАК					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	250	18,50	22,44	38,70	432,25
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ)	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**	**22,43**	**23,00**	**76,34**	**603,65**
ОВЗ					
БУЛОЧКА ЛИСТИК	70	4,80	9,60	67,70	376,90
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
Итого за прием пищи:	**270**	**5,00**	**9,60**	**82,70**	**434,90**