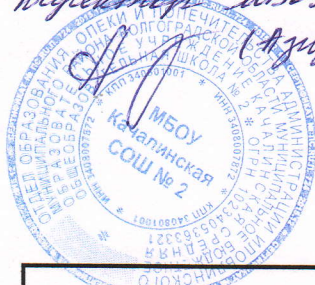


Солосовина

Директор МБОУ Коталинской СОШ №2

(Азизова А.К.)



Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА"

2023

Меню на 10.11.2023 г.  
Ежедневное меню

5 день  
7-11 лет



| Наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энерг. Ценность ккал. |
|---|--------------|------------------|-------------|-------------|-----------------------|
|   |              | Белки,г          | Жиры,г.     | Углеводы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |              |                  |             |             |                       |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 160          | 9,86             | 11,92       | 27,76       | 206,00                |
| СДОБА СЕМЕЙКА   | 50           | 4,50             | 4,00        | 25,10       | 175,00                |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                       | 200          | 0,20             | 0,00        | 15,00       | 58,00                 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                               | 150          | 0,60             | 0,60        | 14,30       | 68,40                 |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>                          | <b>560</b>   | <b>15,2</b>      | <b>16,5</b> | <b>82,2</b> | <b>507,4</b>          |

**ОВЗ**

|                             |            |             |             |              |               |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| ПИРОЖОК С ВИШНЕВОЙ НАЧИНКОЙ | 80         | 5,00        | 4,20        | 47,40        | 324,00        |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349  | 200        | 0,30        | 0,00        | 16,00        | 66,40         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>280</b> | <b>5,30</b> | <b>4,20</b> | <b>63,40</b> | <b>390,40</b> |

**12-18 лет**

| Наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энерг. Ценность ккал. |
|---|--------------|------------------|-------------|-------------|-----------------------|
|   |              | Белки,г          | Жиры,г.     | Углеводы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |              |                  |             |             |                       |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 180          | 12,90            | 13,42       | 31,25       | 270,00                |
| СДОБА СЕМЕЙКА   | 50           | 4,50             | 4,00        | 25,10       | 175,00                |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                       | 200          | 0,20             | 0,00        | 15,00       | 58,00                 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                               | 150          | 0,60             | 0,60        | 14,30       | 68,40                 |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>                          | <b>580</b>   | <b>18,2</b>      | <b>18,0</b> | <b>85,7</b> | <b>571,4</b>          |

**ОВЗ**

|                             |            |             |             |              |               |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| ПИРОЖОК С ВИШНЕВОЙ НАЧИНКОЙ | 80         | 5,00        | 4,20        | 47,40        | 324,00        |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349  | 200        | 0,30        | 0,00        | 16,00        | 66,40         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>280</b> | <b>5,30</b> | <b>4,20</b> | <b>63,40</b> | <b>390,40</b> |