

Утверждаю
Директор ООО "ОПТИМА"

2023

Ежедневное меню
5 день
7-11 лет



Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
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
Итого за весь прием пищи:	560	15,2	16,5	82,2	507,4

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
Итого за прием пищи:	280	5,30	4,20	63,40	390,40

12-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
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
Итого за весь прием пищи:	580	18,2	18,0	85,7	571,4

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
Итого за прием пищи:	280	5,30	4,20	63,40	390,40