



Согласовано
Директор школы
Бендас Л.И.

«12» декабря 2023 год

Ежедневное меню
7 день
7-11 лет



Утверждаю
Директор ООО «ОПТИМА»
2023

| Наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность ккал. |
|---|--------------|-----------------|------------------|-------------|-------------|-----------------------|
| | | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363К | 90/30 | | 10,80 | 11,20 | 22,70 | 230,10 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 130 | | 3,99 | 4,34 | 17,72 | 125,90 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685 | 200 | | 0,20 | 0,00 | 9,20 | 42,00 |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ ТТК№88 | 50 | | 0,90 | 4,30 | 3,75 | 57,70 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 |
| Итого за весь прием пищи: | 530 | 98р.70к. | 15,9 | 20,1 | 53,4 | 455,7 |

12-18 лет

| Наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность ккал. |
|---|--------------|-----------------|------------------|-------------|-------------|-----------------------|
| | | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363К | 100/30 | | 11,10 | 12,20 | 23,90 | 251,40 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 160 | | 4,90 | 4,58 | 27,30 | 145,84 |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685 | 200 | | 0,20 | 0,00 | 9,20 | 42,00 |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ ТТК№88 | 60 | | 1,08 | 5,16 | 4,50 | 69,24 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 |
| Итого за весь прием пищи: | 580 | 98р.70к. | 17,3 | 22,2 | 64,9 | 579,4 |