



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

19.12.2023г.

Утверждаю  
 Директор ООО "ОПТИМА"

дата 01.09.2023г.



**Ежедневное меню**  
**2 день**  
**7-11 лет**

| Наименование блюда               | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энерг. Ценность ккал. |
|----------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-----------------------|
|                                  |              | Белки,г          | Жиры,г.     | Углевод ы,г |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                   |              |                  |             |             |                       |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ №307К            | 90           | 11,10            | 10,60       | 12,70       | 192,60                |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 139            | 160          | 3,06             | 5,52        | 28,30       | 129,70                |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685       | 200          | 0,20             | 0,00        | 9,20        | 42,00                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 50           | 3,95             | 0,50        | 21,15       | 116,33                |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b> | <b>500</b>   | <b>18,3</b>      | <b>16,6</b> | <b>71,4</b> | <b>480,6</b>          |

**ОВЗ**

|                                 |            |             |             |              |               |
|---------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| БУЛОЧКА СДОБА С КОНФИТЮРОМ      | 100        | 6,30        | 6,80        | 57,20        | 320,00        |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №379 | 200        | 3,16        | 2,66        | 15,94        | 100,60        |
| <b>Итого за прием пищи:</b>     | <b>300</b> | <b>9,46</b> | <b>9,46</b> | <b>73,14</b> | <b>420,60</b> |

**12-18 лет**

| Наименование блюда               | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энерг. Ценность ккал. |
|----------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-----------------------|
|                                  |              | Белки,г          | Жиры,г.     | Углевод ы,г |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                   |              |                  |             |             |                       |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ №307К            | 100          | 12,70            | 11,90       | 13,80       | 207,00                |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 139            | 200          | 3,68             | 6,63        | 35,30       | 179,30                |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685       | 200          | 0,20             | 0,00        | 9,20        | 42,00                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 50           | 3,95             | 0,50        | 21,15       | 116,33                |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b> | <b>550</b>   | <b>20,5</b>      | <b>19,0</b> | <b>79,5</b> | <b>544,6</b>          |

**ОВЗ**

|                                 |            |             |             |              |               |
|---------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| БУЛОЧКА СДОБА С КОНФИТЮРОМ      | 100        | 6,30        | 6,80        | 57,20        | 320,00        |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №379 | 200        | 3,16        | 2,66        | 15,94        | 100,60        |
| <b>Итого за прием пищи:</b>     | <b>300</b> | <b>9,46</b> | <b>9,46</b> | <b>73,14</b> | <b>420,60</b> |