

Утверждаю
 Директор ООО "ОПТИМА"

дата

19.01.2024г



Ежедневное меню
10 день
7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	200	14,63	16,20	23,38	258,60
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ/СВЕЖИЙ)	60	0,41	0,05	0,84	5,00
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,10	0,00	30,70	126,30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)	50	3,13	0,50	20,63	99,00
Итого за весь прием пищи:	510	18,27	16,75	75,55	488,90

ОВЗ

ПИРОЖОК С НАЧИНКОЙ ГРУША-ЯБЛОКО	80	5,30	5,20	41,40	233,80
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫЙ ЭКСТРАКТАХ ТТК№21,1	200	0,10	0,00	30,10	126,30
Итого за прием пищи:	280	5,40	5,20	71,50	360,10

5-11 класс

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	250	18,29	18,90	26,20	315,20
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ/СВЕЖИЙ)	100	0,50	0,06	1,01	6,00
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,10	0,00	30,70	126,30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)	50	3,13	0,50	20,63	99,00
Итого за весь прием пищи:	600	22,02	19,46	78,54	546,50

ОВЗ

ПИРОЖОК С НАЧИНКОЙ ГРУША-ЯБЛОКО	80	5,30	5,20	41,40	233,80
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ И ЯГОДНЫЙ ЭКСТРАКТАХ ТТК№21,1	200	0,10	0,00	30,10	126,30
Итого за прием пищи:	280	5,40	5,20	71,50	360,10