

01.02.2024г

Утверждаю
Директор ООО "ОПТИМА"

дата



Ежедневное меню
9 день
7-11 лет

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность ккал. |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|
| | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307К/363К | 90/30 | 11,30 | 11,30 | 14,10 | 205,60 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №203 | 150 | 4,46 | 5,70 | 30,46 | 195,70 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 |
| Итого за весь прием пищи: | 500 | 18,43 | 17,30 | 74,25 | 532,20 |

ОВЗ

| | | | | | |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| БУЛОЧКА ПЛЮШКА | 150 | 7,40 | 7,40 | 57,50 | 326,20 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,20 | 0,20 | 27,50 | 112,70 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 7,60 | 7,60 | 85,00 | 438,90 |

12-18 лет

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность ккал. |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|
| | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307К/363К | 100/30 | 12,70 | 12,80 | 15,50 | 227,30 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №203 | 170 | 5,19 | 6,50 | 34,50 | 221,80 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 60,00 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,95 | 0,50 | 21,15 | 116,33 |
| Итого за весь прием пищи: | 550 | 22,14 | 19,80 | 86,35 | 625,43 |

ОВЗ

| | | | | | |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| БУЛОЧКА ПЛЮШКА | 150 | 7,40 | 7,40 | 57,50 | 326,20 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,20 | 0,20 | 27,50 | 112,70 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 7,60 | 7,60 | 85,00 | 438,90 |