

Утверждаю
И.о. директора
МБОУ Авиловская СОШ
В.В.Бакулина
«09» января 2024г.



Утверждаю
Директор ООО «ОПТИМА»



Ежедневное меню
6 день 15 января 2024г.
7-11 лет

| Наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность в ккал. |
|---|--------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------|
| | | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 160 | | 7,20 | 8,80 | 33,81 | 211,64 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3 | 35/5/10 | | 5,80 | 6,00 | 11,60 | 147,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 | | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 150 | | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 |
| Итого за весь прием пищи: | 560 | 100руб.46коп | 16,8 | 18,1 | 75,7 | 527,6 |

12-18 лет

| Наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность в ккал. |
|---|--------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------|
| | | | Белки,г | Жиры,г. | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 180 | | 9,50 | 9,20 | 35,66 | 238,06 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3 | 35/5/10 | | 5,80 | 6,00 | 11,60 | 147,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 | | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 150 | | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 |
| Итого за весь прием пищи: | 580 | 100руб.46коп | 19,1 | 18,5 | 77,5 | 554,1 |