Утверждаю
Директор ООО "ОПТИМА"

дата

**07.05.2024 г.**

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

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность ккал. |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки,г | Жиры,г. | Углеводы,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** | **15,9** | **20,1** | **53,4** | **455,7** |
| **ОВЗ** | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБА ФИГУРНАЯ | 130 | 6,20 | 6,50 | 58,30 | 320,00 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 |
| **Итого за прием пищи:** | **330** | **6,40** | **6,50** | **73,30** | **378,00** |

## 12-18 лет

| Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность ккал. |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Белки,г | Жиры,г. | Углеводы,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** | **17,3** | **22,2** | **64,9** | **579,4** |
| **ОВЗ** | | | | | |
| БУЛОЧКА СДОБА ФИГУРНАЯ | 130 | 6,20 | 6,50 | 58,30 | 320,00 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 |
| **Итого за прием пищи:** | **330** | **6,40** | **6,50** | **73,30** | **378,00** |