



Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА" *Кашин*

дата 27.11.2024 г.

**7-11 лет**

| Наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|
|                                    |              | Белки,г          | Жиры,г.      | Углевод ы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |              |                  |              |              |                       |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259          | 200          | 11,92            | 18,10        | 18,29        | 305,00                |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 50           | 3,95             | 0,50         | 21,15        | 116,33                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) | 50           | 3,13             | 0,50         | 20,63        | 99,00                 |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>   | <b>500</b>   | <b>19,20</b>     | <b>19,10</b> | <b>75,07</b> | <b>578,33</b>         |

**7-11 лет ОВЗ**

| Наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|
|                                    |              | Белки,г          | Жиры,г.      | Углевод ы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |              |                  |              |              |                       |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259          | 200          | 11,92            | 18,10        | 18,29        | 305,00                |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 50           | 3,95             | 0,50         | 21,15        | 116,33                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) | 50           | 3,13             | 0,50         | 20,63        | 99,00                 |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>   | <b>500</b>   | <b>19,20</b>     | <b>19,10</b> | <b>75,07</b> | <b>578,33</b>         |

|                             |            |             |             |              |               |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ         | 70         | 6,10        | 8,10        | 44,70        | 281,50        |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685          | 200        | 0,20        | 0,00        | 9,20         | 42,00         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>270</b> | <b>6,30</b> | <b>8,10</b> | <b>53,90</b> | <b>323,50</b> |

**12-18лет**

| Наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|
|                                    |              | Белки,г          | Жиры,г.      | Углевод ы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |              |                  |              |              |                       |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259          | 250          | 14,30            | 20,50        | 25,30        | 406,00                |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 50           | 3,95             | 0,50         | 21,15        | 116,33                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) | 50           | 3,13             | 0,50         | 20,63        | 99,00                 |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>   | <b>550</b>   | <b>21,58</b>     | <b>21,50</b> | <b>82,08</b> | <b>679,33</b>         |

**12-18лет ОВЗ**

| Наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|
|                                    |              | Белки,г          | Жиры,г.      | Углевод ы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |              |                  |              |              |                       |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259          | 250          | 14,30            | 20,50        | 25,30        | 406,00                |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 50           | 3,95             | 0,50         | 21,15        | 116,33                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) | 50           | 3,13             | 0,50         | 20,63        | 99,00                 |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>   | <b>550</b>   | <b>21,58</b>     | <b>21,50</b> | <b>82,08</b> | <b>679,33</b>         |

|                             |            |             |             |              |               |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ         | 70         | 6,10        | 8,10        | 44,70        | 281,50        |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685          | 200        | 0,20        | 0,00        | 9,20         | 42,00         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>270</b> | <b>6,30</b> | <b>8,10</b> | <b>53,90</b> | <b>323,50</b> |