

Согласовано  
 Директор *З.В.В.*



Ежедневное меню  
 1 день  
 7-11 лет

02.12.2024

| Наименование блюда                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |            | Энерг. Ценность ккал. |
|--------------------------------------------|--------------|------------------|---------|------------|-----------------------|
|                                            |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                    |              |                  |         |            |                       |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ №174 | 200          | 5,46             | 7,20    | 35,12      | 240,20                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)         | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63      | 99,00                 |
| 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                |
| Итого за весь прием пищи:                  | 450          | 17,55            | 16,36   | 83,29      | 586,80                |

7-11 лет ОВЗ

| Наименование блюда                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |            | Энерг. Ценность ккал. |
|--------------------------------------------|--------------|------------------|---------|------------|-----------------------|
|                                            |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                    |              |                  |         |            |                       |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ №174 | 200          | 5,46             | 7,20    | 35,12      | 240,20                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)         | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63      | 99,00                 |
| 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                |
| Итого за весь прием пищи:                  | 450          | 17,55            | 16,36   | 83,29      | 586,80                |

|                            |     |      |      |       |        |
|----------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА ВЕСНУШКА С ИЗЮМ    | 80  | 6,90 | 6,50 | 58,80 | 321,20 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40  |
| Итого за прием пищи:       | 280 | 7,20 | 6,50 | 74,80 | 387,60 |

12-18 лет

| Наименование блюда                         | Масса   | Пищевые вещества |        |            | Энерг.         |
|--------------------------------------------|---------|------------------|--------|------------|----------------|
|                                            | порции  | Белки,г          | Жиры,г | Углеводы,г | Ценность ккал. |
| ЗАВТРАК                                    |         |                  |        |            |                |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ №174 | 250     | 6,82             | 11,50  | 47,30      | 333,40         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)         | 50      | 3,13             | 0,50   | 20,63      | 99,00          |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3              | 35/5/10 | 5,80             | 8,30   | 11,60      | 147,00         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379           | 200     | 3,16             | 2,66   | 15,94      | 100,60         |
| Итого за весь прием пищи:                  | 550     | 18,91            | 22,96  | 95,47      | 680            |

12-18 лет ОВЗ

| Наименование блюда                         | Масса   | Пищевые вещества |         |            | Энерг.         |
|--------------------------------------------|---------|------------------|---------|------------|----------------|
|                                            | порции  | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г | Ценность ккал. |
| ЗАВТРАК                                    |         |                  |         |            |                |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ №174 | 250     | 6,82             | 11,50   | 47,30      | 333,40         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)         | 50      | 3,13             | 0,50    | 20,63      | 99,00          |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3              | 35/5/10 | 5,80             | 8,30    | 11,60      | 147,00         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379           | 200     | 3,16             | 2,66    | 15,94      | 100,60         |
| Итого за весь прием пищи:                  | 550     | 18,91            | 22,96   | 95,47      | 680            |

|                            |     |      |      |       |        |
|----------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА ВЕСНУШКА С ИЗЮМ    | 80  | 6,90 | 6,50 | 58,80 | 321,20 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40  |
| Итого за прием пищи:       | 280 | 7,20 | 6,50 | 74,80 | 387,60 |

Составлено  
Директор УБСЗ



Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА"

дата

«ОПТИМА»

# Ежедневное меню

2 день

7-11 лет

03.12.2024

| Наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |            | Энерг. Ценность ккал. |
|----------------------------|--------------|------------------|---------|------------|-----------------------|
|                            |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г |                       |
| ЗАВТРАК                    |              |                  |         |            |                       |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ №307К      | 90           | 11,10            | 10,60   | 12,70      | 192,60                |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 139      | 160          | 3,06             | 5,52    | 28,30      | 129,70                |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685 | 200          | 0,20             | 0,00    | 9,20       | 42,00                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15      | 116,33                |
|                            |              |                  |         |            |                       |
| Итого за весь прием пищи:  | 500          | 18,31            | 16,62   | 71,35      | 480,63                |

## 7-11 лет ОВЗ

| Наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |            | Энерг. Ценность ккал. |
|----------------------------|--------------|------------------|---------|------------|-----------------------|
|                            |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г |                       |
| ЗАВТРАК                    |              |                  |         |            |                       |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ №307К      | 90           | 11,10            | 10,60   | 12,70      | 192,60                |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 139      | 160          | 3,06             | 5,52    | 28,30      | 129,70                |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685 | 200          | 0,20             | 0,00    | 9,20       | 42,00                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15      | 116,33                |
|                            |              |                  |         |            |                       |
| Итого за весь прием пищи:  | 500          | 18,31            | 16,62   | 71,35      | 480,63                |

|                                 |     |      |      |       |        |
|---------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА СДОБА С КОНФИТЮРОМ      | 100 | 6,30 | 6,80 | 57,20 | 320,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №379 | 200 | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 |
| Итого за прием пищи:            | 300 | 9,46 | 9,46 | 73,14 | 420,60 |

## 12-18 лет

| Наименование блюда         | Масса порции | Пищевые вещества |         |            | Энерг.         |
|----------------------------|--------------|------------------|---------|------------|----------------|
|                            |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г | Ценность ккал. |
| ЗАВТРАК                    |              |                  |         |            |                |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ №307К      | 100          | 12,70            | 11,90   | 13,80      | 207,00         |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 139      | 200          | 3,68             | 6,63    | 35,30      | 179,30         |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685 | 200          | 0,20             | 0,00    | 9,20       | 42,00          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15      | 116,33         |
|                            |              |                  |         |            |                |
| Итого за весь прием пищи:  | 550          | 20,5             | 19,0    | 79,5       | 544,6          |

## 12-18 лет ОВЗ

| Наименование блюда         | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |            | Энерг.<br><br>Ценность ккал. |
|----------------------------|-----------------|------------------|---------|------------|------------------------------|
|                            |                 | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г |                              |
| ЗАВТРАК                    |                 |                  |         |            |                              |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ №307К      | 100             | 12,70            | 11,90   | 13,80      | 207,00                       |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 139      | 200             | 3,68             | 6,63    | 35,30      | 179,30                       |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685 | 200             | 0,20             | 0,00    | 9,20       | 42,00                        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 50              | 3,95             | 0,50    | 21,15      | 116,33                       |
|                            |                 |                  |         |            |                              |
| Итого за весь прием пищи:  | 550             | 20,5             | 19,0    | 79,5       | 544,6                        |

|                                 |     |      |      |       |        |
|---------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА СДОБА С КОНФИТЮРОМ      | 100 | 6,30 | 6,80 | 57,20 | 320,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №379 | 200 | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 |
| Итого за прием пищи:            | 300 | 9,46 | 9,46 | 73,14 | 420,60 |



Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА"

дата



Ежедневное меню  
3 день

04.12.2024

7-11 лет

| Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                          |              | Белки,г          | Жиры.г. | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                  |              |                  |         |             |                       |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                      | 200          | 15,36            | 20,00   | 30,20       | 345,80                |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ/СВЕЖИЙ) | 60           | 0,41             | 0,05    | 0,84        | 5,00                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349               | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)       | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                 |
|                                          |              |                  |         |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                | 510          | 19,20            | 20,55   | 67,67       | 516,20                |

7-11 лет ОВЗ

| Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |        |             | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------------|--------------|------------------|--------|-------------|-----------------------|
|                                          |              | Белки,г          | Жиры,г | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                  |              |                  |        |             |                       |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                      | 200          | 15,36            | 20,00  | 30,20       | 345,80                |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ/СВЕЖИЙ) | 60           | 0,41             | 0,05   | 0,84        | 5,00                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349               | 200          | 0,30             | 0,00   | 16,00       | 66,40                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)       | 50           | 3,13             | 0,50   | 20,63       | 99,00                 |
|                                          |              |                  |        |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                | 510          | 19,20            | 20,55  | 67,67       | 516,20                |

|                      |     |      |      |       |        |
|----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА ЛИСТИК       | 70  | 4,80 | 9,60 | 67,70 | 376,90 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685  | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00  |
| Итого за прием пищи: | 270 | 5,00 | 9,60 | 82,70 | 434,90 |

12-18 лет

| Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |        |             | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------------|--------------|------------------|--------|-------------|-----------------------|
|                                          |              | Белки,г          | Жиры,г | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                  |              |                  |        |             |                       |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                      | 250          | 18,50            | 22,44  | 38,70       | 432,25                |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ/СВЕЖИЙ) | 100          | 0,50             | 0,06   | 1,01        | 6,00                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349               | 200          | 0,30             | 0,00   | 16,00       | 66,40                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)       | 50           | 3,13             | 0,50   | 20,63       | 99,00                 |
|                                          |              |                  |        |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                | 550          | 22,43            | 23,00  | 76,34       | 603,65                |

12-18 лет ОВЗ

| Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                          |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                  |              |                  |         |             |                       |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                      | 250          | 18,50            | 22,44   | 38,70       | 432,25                |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ/СВЕЖИЙ) | 100          | 0,50             | 0,06    | 1,01        | 6,00                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349               | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)       | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                 |
|                                          |              |                  |         |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                | 550          | 22,43            | 23,00   | 76,34       | 603,65                |

|                      |     |      |      |       |        |
|----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА ЛИСТИК       | 70  | 4,80 | 9,60 | 67,70 | 376,90 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685  | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00  |
| Итого за прием пищи: | 270 | 5,00 | 9,60 | 82,70 | 434,90 |

Согласовано  
Директор *Иванов*



Ежедневное меню  
4 день  
7-11 лет

05.12.2024

| Наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                      |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                              |              |                  |         |             |                       |
| РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 | 90           | 9,10             | 11,60   | 10,90       | 142,30                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310     | 160          | 3,04             | 4,50    | 24,55       | 151,40                |
| 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:            | 500          | 16,39            | 16,60   | 71,80       | 470,03                |

7-11 лет ОВЗ

| Наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                      |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                              |              |                  |         |             |                       |
| РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 | 90           | 9,10             | 11,60   | 10,90       | 142,30                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310     | 160          | 3,04             | 4,50    | 24,55       | 151,40                |
| 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:            | 500          | 16,39            | 16,60   | 71,80       | 470,03                |

|                       |     |      |      |       |        |
|-----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| СДОБА С КУНЖУТОМ      | 85  | 7,80 | 8,30 | 55,10 | 326,30 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА № 348 | 200 | 0,50 | 0,10 | 27,40 | 112,60 |
| Итого за прием пищи:  | 285 | 8,30 | 8,40 | 82,50 | 438,90 |

12-18 лет

| Наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                      |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                              |              |                  |         |             |                       |
| РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 | 100          | 10,20            | 12,90   | 13,30       | 175,00                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310     | 200          | 3,80             | 5,74    | 30,68       | 189,80                |
| 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          | 18,25            | 19,14   | 80,33       | 541,13                |

12-18 лет ОВЗ

| Наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                      |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                              |              |                  |         |             |                       |
| РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 | 100          | 10,20            | 12,90   | 13,30       | 175,00                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310     | 200          | 3,80             | 5,74    | 30,68       | 189,80                |
| 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          | 18,25            | 19,14   | 80,33       | 541,13                |

ОВЗ

|                       |     |      |      |       |        |
|-----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| СДОБА С КУНЖУТОМ      | 85  | 7,80 | 8,30 | 55,10 | 326,30 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА № 348 | 200 | 0,50 | 0,10 | 27,40 | 112,60 |
| Итого за прием пищи:  | 285 | 8,30 | 8,40 | 82,50 | 438,90 |

Согласовано  
Директор ООО "ОПТИМА" *А.В.Васильев*

Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА"

дата



Ежедневное меню  
5 день  
7-11 лет

06.12.2024

| Наименование блюда                                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|-----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                                           |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                                   |              |                  |         |             |                       |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 160          | 9,86             | 11,92   | 27,76       | 206,00                |
| СДОБА СЕМЕЙКА                                             | 50           | 4,50             | 4,00    | 25,10       | 175,00                |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                       | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                               | 150          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                 |
|                                                           |              |                  |         |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                                 | 560          | 15,16            | 16,52   | 82,16       | 507,40                |

7-11 лет ОВЗ

| Наименование блюда                                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|-----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                                           |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                                   |              |                  |         |             |                       |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 160          | 9,86             | 11,92   | 27,76       | 206,00                |
| СДОБА СЕМЕЙКА                                             | 50           | 4,50             | 4,00    | 25,10       | 175,00                |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                       | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                               | 150          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                 |
|                                                           |              |                  |         |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                                 | 560          | 15,16            | 16,52   | 82,16       | 507,40                |

|                             |     |      |      |       |        |
|-----------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| ПИРОЖОК С ВИШНЕВОЙ НАЧИНКОЙ | 80  | 5,00 | 4,20 | 47,40 | 324,00 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349  | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40  |
| Итого за прием пищи:        | 280 | 5,30 | 4,20 | 63,40 | 390,40 |

12-18 лет

| Наименование блюда                                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|-----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                                           |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                                   |              |                  |         |             |                       |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 180          | 12,90            | 13,42   | 31,25       | 270,00                |
| СДОБА СЕМЕЙКА                                             | 50           | 4,50             | 4,00    | 25,10       | 175,00                |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                       | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                               | 150          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                 |
|                                                           |              |                  |         |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                                 | 580          | 18,20            | 18,02   | 85,65       | 571,4                 |

12-18 лет ОВЗ

| Наименование блюда                                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|-----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                                           |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                                   |              |                  |         |             |                       |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 180          | 12,90            | 13,42   | 31,25       | 270,00                |
| СДОБА СЕМЕЙКА                                             | 50           | 4,50             | 4,00    | 25,10       | 175,00                |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                       | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                 |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                               | 150          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                 |
|                                                           |              |                  |         |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                                 | 580          | 18,20            | 18,02   | 85,65       | 571,4                 |

|                             |     |      |      |       |        |
|-----------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| ПИРОЖОК С ВИШНЕВОЙ НАЧИНКОЙ | 80  | 5,00 | 4,20 | 47,40 | 324,00 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349  | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40  |
| Итого за прием пищи:        | 280 | 5,30 | 4,20 | 63,40 | 390,40 |

Составлено  
Директор ООО



# Ежедневное меню

6 день

7-11 лет

09.12.2024

| Наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |            | Энерг. Ценность ккал. |
|-------------------------------------------|--------------|------------------|---------|------------|-----------------------|
|                                           |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                            |              |                  |         |            |                       |
| 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          | 16,76            | 18,06   | 75,65      | 527,6                 |

## 7-11 лет ОВЗ

| Наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |            | Энерг. Ценность ккал. |
|-------------------------------------------|--------------|------------------|---------|------------|-----------------------|
|                                           |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                            |              |                  |         |            |                       |
| 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          | 16,76            | 18,06   | 75,65      | 527,6                 |

|                                 |     |      |       |       |        |
|---------------------------------|-----|------|-------|-------|--------|
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ             | 70  | 6,10 | 8,10  | 44,70 | 281,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №379 | 200 | 3,16 | 2,66  | 15,94 | 100,60 |
| Итого за прием пищи:            | 270 | 9,26 | 10,76 | 60,64 | 381,60 |

## 12-18 лет

| Наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |            | Энерг. Ценность ккал. |
|-------------------------------------------|--------------|------------------|---------|------------|-----------------------|
|                                           |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                            |              |                  |         |            |                       |
| 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          | 19,06            | 18,46   | 77,50      | 554,06                |

## 12-18 лет ОВЗ

| Наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |            | Энерг. Ценность ккал. |
|-------------------------------------------|--------------|------------------|---------|------------|-----------------------|
|                                           |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                            |              |                  |         |            |                       |
| 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          | 19,06            | 18,46   | 77,50      | 554,06                |

|                                 |     |      |       |       |        |
|---------------------------------|-----|------|-------|-------|--------|
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ             | 70  | 6,10 | 8,10  | 44,70 | 281,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №379 | 200 | 3,16 | 2,66  | 15,94 | 100,60 |
| Итого за прием пищи:            | 270 | 9,26 | 10,76 | 60,64 | 381,60 |

Составлено  
Директор ООО "ОПТИМА"



Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА"

дата



### Ежедневное меню

7 день

7-11 лет

10.12.2024

| Наименование блюда                                                    | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энерг. Ценность ккал. |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|
|                                                                       |              | Белки,г          | Жиры,г       | Углевод ы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                                        |              |                  |              |              |                       |
| 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                 |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>                                      | <b>530</b>   | <b>18,26</b>     | <b>20,14</b> | <b>67,86</b> | <b>526,60</b>         |

### 7-11 лет ОВЗ

| Наименование блюда                                                    | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энерг. Ценность ккал. |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|
|                                                                       |              | Белки,г          | Жиры,г       | Углевод ы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                                        |              |                  |              |              |                       |
| 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                 |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>                                      | <b>530</b>   | <b>18,26</b>     | <b>20,14</b> | <b>67,86</b> | <b>526,60</b>         |

|                             |            |             |             |              |               |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| 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         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>330</b> | <b>6,40</b> | <b>6,50</b> | <b>73,30</b> | <b>378,00</b> |

### 12-18 лет

| Наименование блюда                                                    | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энерг. Ценность ккал. |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|
|                                                                       |              | Белки,г          | Жиры,г       | Углевод ы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                                        |              |                  |              |              |                       |
| 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                 |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>                                      | <b>580</b>   | <b>19,65</b>     | <b>22,24</b> | <b>79,39</b> | <b>579,38</b>         |

### 12-18 лет ОВЗ

| Наименование блюда                                                    | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энерг. Ценность ккал. |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|
|                                                                       |              | Белки,г          | Жиры,г       | Углевод ы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                                        |              |                  |              |              |                       |
| 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                 |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>                                      | <b>580</b>   | <b>19,65</b>     | <b>22,24</b> | <b>79,39</b> | <b>579,38</b>         |

|                             |            |             |             |              |               |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| 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         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> | <b>330</b> | <b>6,40</b> | <b>6,50</b> | <b>73,30</b> | <b>378,00</b> |

составлено  
Директор *Иванов*



Ежедневное меню  
8 день

11.12.2024

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> |

МБОУ  
Большевановская  
СОШ

Утверждаю  
ООО «ОПТИМА»  
дата \_\_\_\_\_

«ОПТИМА»  
Для документов  
ИНН 6155073186  
ОКВ 1156182002492

Энерг

12.12.2024

7-11 лет

7-11 лет 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 |

| Наименование блюда                           | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энерг. Ценност ь ккал. |
|----------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|------------------------|
|                                              |              | Белки,г          | Жиры,г.      | Углевод ы,г  |                        |
| <b>ЗАВТРАК</b>                               |              |                  |              |              |                        |
| 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                 |
|                                              |              |                  |              |              |                        |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>             | <b>550</b>   | <b>22,14</b>     | <b>19,80</b> | <b>86,35</b> | <b>625,43</b>          |

| Наименование блюда                           | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энерг. Ценность ккал. |
|----------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|
|                                              |              | Белки,г          | Жиры,г.      | Углевод ы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                               |              |                  |              |              |                       |
| 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                |
|                                              |              |                  |              |              |                       |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>             | <b>550</b>   | <b>22,14</b>     | <b>19,80</b> | <b>86,35</b> | <b>625,43</b>         |

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

Согласовано  
Директор УБСЗ



Ежедневное меню  
10 день

13.12.2024

7-11 лет

| Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                          |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы, 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                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349               | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)       | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                 |
| Итого за весь прием пищи:                | 510          | 18,47            | 16,75   | 60,85       | 429,00                |

7-11 лет ОВЗ

| Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                          |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы, 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                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349               | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)       | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                 |
|                                          |              |                  |         |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                | 510          | 18,47            | 16,75   | 60,85       | 429,00                |

|                                 |     |      |      |       |        |
|---------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| ПИРОЖОК С НАЧИНКОЙ ГРУША-ЯБЛОКО | 80  | 5,30 | 5,20 | 41,40 | 233,80 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349      | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40  |
| Итого за прием пищи:            | 280 | 5,60 | 5,20 | 57,40 | 300,20 |

12-18 лет

| Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                          |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы, 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                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349               | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)       | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                 |
|                                          |              |                  |         |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                | 600          | 22,22            | 19,46   | 63,84       | 486,60                |

12-18 лет ОВЗ

| Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                          |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы, 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                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349               | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)       | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                 |
|                                          |              |                  |         |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                | 600          | 22,22            | 19,46   | 63,84       | 486,60                |

ОВЗ

|                                 |     |      |      |       |        |
|---------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| ПИРОЖОК С НАЧИНКОЙ ГРУША-ЯБЛОКО | 80  | 5,30 | 5,20 | 41,40 | 233,80 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349      | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40  |
| Итого за прием пищи:            | 280 | 5,60 | 5,20 | 57,40 | 300,20 |