

*Сомасовано*  
 Директор ООО "Оптимал" *Валентина Сомасова*  
 № 1 (М.П.М.И.Г.И.Т.В.У)  
 09.01.2015



13 января 2025г.

Ежедневное меню

6 день

7-11 лет



*Кален*  
 Утверждаю  
 Директор ООО "ОПТИМА"  
 дата 09.01.2015

| Наименование блюда                        | Масса порции | цена      | 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          | 104,20 Р. | 16,76            | 18,06   | 75,65       | 527,6                 |

7-11 лет ОВЗ

| Наименование блюда                        | Масса порции | цена | 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                 |

|                                  |     |           |       |       |       |        |
|----------------------------------|-----|-----------|-------|-------|-------|--------|
| СЛОЙКА ЕВРОПЕЙСКАЯ               | 100 |           | 8,50  | 12,00 | 47,40 | 324,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 |           | 3,16  | 2,66  | 15,94 | 100,60 |
| Итого за прием пищи:             | 300 | 151,02 Р. | 11,66 | 14,66 | 63,34 | 424,60 |

12-18 лет

| Наименование блюда                        | Масса порции | цена      | 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          | 104,20 Р. | 19,06            | 18,46   | 77,50       | 554,06                |

12-18 лет ОВЗ

| Наименование блюда                        | Масса порции | цена | 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                |

|                                  |     |           |       |       |       |        |
|----------------------------------|-----|-----------|-------|-------|-------|--------|
| СЛОЙКА ЕВРОПЕЙСКАЯ               | 100 |           | 8,50  | 12,00 | 47,40 | 324,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 250 |           | 4,35  | 4,00  | 23,40 | 150,10 |
| Итого за прием пищи:             | 350 | 151,02 Р. | 12,85 | 16,00 | 70,80 | 474,10 |