



Согласовано:
Директор МБОУ Озерская СОШ
/Андрощук Т.В./
01.01.2025г.

Ежедневное меню
3 день

Утверждаю
Директор
дата
«ОПТИМА»

7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
КАПУСТА КВАШЕНАЯ № 3	60	0,9	0,1	7,1	24,4
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	200	14,63	16,20	23,38	280,60
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349	200	0,30	0,00	16,00	66,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) №7	50	3,13	0,50	20,63	99,00
Итого за прием пищи:	510	18,96	16,80	67,11	470,40

7-11 лет ОВЗ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
КАПУСТА КВАШЕНАЯ № 3	60	0,9	0,1	7,1	24,4
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	200	14,63	16,20	23,38	280.60
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349	200	0,30	0,00	16,00	66.40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) №7	50	3,13	0,50	20,63	99,00
Итого за прием пищи:	510	18,96	16,80	67,11	470,40

СЛОЙКА ЕВРОПЕЙСКАЯ	100	8,50	12,00	47,40	324,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349	200	0,30	0,00	16,00	66,40
Итого за прием пищи:	300	8,80	12,00	63,40	390,40

12-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
КАПУСТА КВАШЕНАЯ № 3	100	1,5	0,1	8,5	40,7
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	250	17,29	18,90	26,20	315,20
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349	200	0,30	0,00	16,00	66,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) №7	50	3,13	0,50	20,63	99,00
Итого за прием пищи:	600	22,22	19,5	71,33	521,3

12-18 лет ОВЗ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
		Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК					
КАПУСТА КВАШЕНАЯ № 3	100	1,5	0,1	8,5	40,7
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	250	17,29	18,90	26,20	315,20
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349	200	0,30	0,00	16,00	66,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) №7	50	3,13	0,50	20,63	99,00
Итого за прием пищи:	600	22,22	19,5	71,33	521,3

СЛОЙКА ЕВРОПЕЙСКАЯ	100	8,50	12,00	47,40	324,00
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349	250	0,50	0,00	20,00	98,00
Итого за прием пищи:	350	9,00	12,00	67,40	422,00