



Утверждаю
Директор ООО "ОПТИМА"

дата 30.04.25

Ежедневное меню
8 день

7-11 лет

7-11 лет						
Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энерг.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	Ценност ь ккал.
ЗАВТРАК						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2	60		0,9	0,1	5,1	24,4
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 №6	50		3,95	0,50	21,15	116,33
Итого за прием пищи:	510	104,20 Р	16,97	18,7	59,54	503,73

7-11 лет ОБЗ

7-11 лет ОВЗ						
Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энерг.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	Ценност ь ккал.
ЗАВТРАК						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2	60		0,9	0,1	5,1	24,4
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 №6	50		3,95	0,50	21,15	116,33
Итого за прием пищи;	510		16,97	18,7	59,54	503,73

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100		7,90	9,50	44,70	281,50
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685	200		0,20	0,00	9,20	42,00
Итого за прием пищи:	300	151,02 Р	8,10	9,50	53,90	323,50

12-18 лет

12-18лет						
Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2	100		1,5	0,1	8,5	40,7
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
Итого за прием пищи:	600	104,20 Р	19,95	21,1	69,95	621,03

12-18 лет ОБЗ

12-18лет ОВЗ						
Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энерг.
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Ценност ь ккал.
ЗАВТРАК						
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2	100		1,5	0,1	8,5	40,7
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
Итого за прием пищи:	600		19,95	21,1	69,95	621,03

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100		7,90	9,50	44,70	281,50
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685	250		0,30	0,00	13,50	60,50
Итого за прием пищи:	350	151,02 Р	8,20	9,50	58,20	342,00