

Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА"



## Ежедневное меню

Льготное питание

3 день

1-4 класс

12.10.2022 г

| Прием пищи, наименование блюда                            | Масса порции | цена  | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------------------------------|--------------|-------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                           |              |       | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                   |              |       |                  |         |             |                               |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 200          |       | 8,20             | 14,90   | 34,70       | 220,60                        |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ №2                                     | 30/20        |       | 3,30             | 0,20    | 27,20       | 117,40                        |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685                                        | 200          |       | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                             | 150          |       | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                            | 50           |       | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 118,33                        |
| Итого за прием пищи:                                      | 650          | 89,42 | 16,25            | 16,20   | 112,35      | 582,73                        |

5-11 класс

| Прием пищи, наименование блюда                            | Масса порции | цена  | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------------------------------|--------------|-------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                           |              |       | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                                   |              |       |                  |         |             |                               |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 250          |       | 10,25            | 18,63   | 43,40       | 275,50                        |
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ №2                                     | 30/20        |       | 3,30             | 0,20    | 27,20       | 117,40                        |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685                                        | 200          |       | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                             | 150          |       | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                            | 50           |       | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 118,33                        |
| Итого за прием пищи:                                      | 700          | 89,42 | 18,30            | 19,93   | 121,05      | 637,63                        |