

Утверждаю
Директор ООО "ОПТИМА"

2023

Ежедневное меню

7 день

7-11 лет

14.02.2023г

Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
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
Итого за весь прием пищи:	530	98р.70к.	15,9	20,1	53,4	455,7

12-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углеводы,г	
ЗАВТРАК						
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
Итого за весь прием пищи:	580	98р.70к.	17,3	22,2	64,9	579,4