

Утверждаю
Директор ООО «ОПТИМА»

2023

Ежедневное меню

2 день

7-11 лет

21.03.2023

Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энерг.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	Ценность ккал.
ЗАВТРАК						
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ №307К	90		11,10	10,60	12,70	192,60
КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 139	160		3,06	5,52	28,30	129,70
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685	200		0,20	0,00	9,20	42,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,95	0,50	21,15	116,33
Итого за весь прием пищи:	500	98р.70к.	18,3	16,6	71,4	480,6

12-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энерг.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	Ценность ккал.
ЗАВТРАК						
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ №307К	100		12,70	11,90	13,80	207,00
КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 139	200		3,68	6,63	35,30	179,30
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685	200		0,20	0,00	9,20	42,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,95	0,50	21,15	116,33
Итого за весь прием пищи:	550	98р70к.	20,5	19,0	79,5	544,6