

Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА"

2023

Ежедневное меню

8 день

7-11 лет

05.04.2023г

| Наименование блюда                 | Масса порции | цена            | Пищевые вещества |             |             | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------|--------------|-----------------|------------------|-------------|-------------|-----------------------|
|                                    |              |                 | Белки,г          | Жиры,г.     | Углеводы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |              |                 |                  |             |             |                       |
| 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                     | 50           |                 | 3,95             | 0,50        | 21,15       | 116,33                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) | 50           |                 | 3,13             | 0,50        | 20,63       | 99,00                 |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>   | <b>500</b>   | <b>98р.70к.</b> | <b>16,1</b>      | <b>19,1</b> | <b>75,1</b> | <b>479,3</b>          |

12-18лет

| Наименование блюда                 | Масса порции | цена            | Пищевые вещества |             |             | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------|--------------|-----------------|------------------|-------------|-------------|-----------------------|
|                                    |              |                 | Белки,г          | Жиры,г.     | Углеводы,г  |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>                     |              |                 |                  |             |             |                       |
| 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                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ) | 50           |                 | 3,13             | 0,50        | 20,63       | 99,00                 |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b>   | <b>550</b>   | <b>98р.70к.</b> | <b>21,6</b>      | <b>21,5</b> | <b>82,1</b> | <b>679,3</b>          |