

Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА"  
2023

Ежедневное меню

4 день

7-11 лет

23.11.2023

| Наименование блюда                      | Масса<br>порции | цена     | Пищевые вещества |         |                | Энерг.<br>Ценност<br>ь ккал. |
|-----------------------------------------|-----------------|----------|------------------|---------|----------------|------------------------------|
|                                         |                 |          | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод<br>ы,г |                              |
| ЗАВТРАК                                 |                 |          |                  |         |                |                              |
| РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ<br>№229 | 90              | .        | 9,10             | 11,60   | 10,90          | 142,30                       |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310        | 160             |          | 3,04             | 4,50    | 24,55          | 151,40                       |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686            | 200             |          | 0,30             | 0,00    | 15,20          | 60,00                        |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 50              |          | 3,95             | 0,50    | 21,15          | 116,33                       |
| Итого за весь прием пищи:               | 500             | 98р.70к. | 16,4             | 16,6    | 71,8           | 470,0                        |

12-18 лет

| Наименование блюда                   | Масса порции | цена     | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценност ь ккал. |
|--------------------------------------|--------------|----------|------------------|---------|-------------|------------------------|
|                                      |              |          | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод ы,г |                        |
| ЗАВТРАК                              |              |          |                  |         |             |                        |
| РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 | 100          |          | 10,20            | 12,90   | 13,30       | 175,00                 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310     | 200          |          | 3,80             | 5,74    | 30,68       | 189,80                 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686         | 200          |          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 50           |          | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                 |
| Итого за весь прием пищи:            | 550          | 98р.70к. | 18,3             | 19,1    | 80,3        | 541,1                  |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 56329272446943365375691549892248362578707919133

Владелец Колосова Татьяна Измайловна

Действителен с 23.03.2023 по 22.03.2024