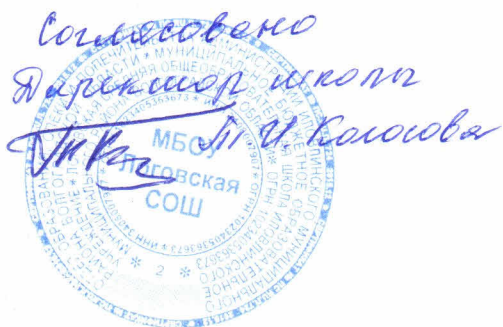




Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА"

дата

Ежедневное меню

3 день

7-11 лет

04.09.2024



| Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                          |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                  |              |                  |         |             |                       |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                      | 200          | 15,36            | 20,00   | 30,20       | 345,80                |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ/СВЕЖИЙ) | 60           | 0,41             | 0,05    | 0,84        | 5,00                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349               | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)       | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                 |
|                                          |              |                  |         |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                | 500          | 19,2             | 20,6    | 67,7        | 516,2                 |

ОВЗ

|                      |     |      |      |       |        |
|----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА ЛИСТИК       | 70  | 4,80 | 9,60 | 67,70 | 376,90 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685  | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00  |
| Итого за прием пищи: | 270 | 5,00 | 9,60 | 82,70 | 434,90 |

12-18 лет

| Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энерг. Ценность ккал. |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-----------------------|
|                                          |              | Белки,г          | Жиры,г. | Углевод ы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                  |              |                  |         |             |                       |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                      | 250          | 18,50            | 22,44   | 38,70       | 432,25                |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ/СВЕЖИЙ) | 100          | 0,50             | 0,06    | 1,01        | 6,00                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №349               | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (ПЕКЛЕВАННЫЙ)       | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                 |
|                                          |              |                  |         |             |                       |
| Итого за весь прием пищи:                | 550          | 22,43            | 23,00   | 76,34       | 603,65                |

ОВЗ

|                      |     |      |      |       |        |
|----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА ЛИСТИК       | 70  | 4,80 | 9,60 | 67,70 | 376,90 |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685  | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00  |
| Итого за прием пищи: | 270 | 5,00 | 9,60 | 82,70 | 434,90 |