



Согласовано  
Директор МБОУ Логовской СОШ  
Т.И. Колосова  
09.01.2025г



Утверждаю  
Директор ООО "ОПТИМА"  
дата

Ежедневное меню  
2 день  
7-11 лет

13.05.2025г

| Наименование блюда                                | Масса порции | цена     | Пищевые вещества |         |            | Энерг. Ценность ккал. |
|---------------------------------------------------|--------------|----------|------------------|---------|------------|-----------------------|
|                                                   |              |          | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                           |              |          |                  |         |            |                       |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ/ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ №1 | 60           |          | 0,41             | 0,1     | 0,84       | 5,0                   |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307К/363К      | 90/30        |          | 11,30            | 11,30   | 14,10      | 205,60                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №203         | 150          |          | 4,46             | 5,70    | 30,46      | 195,70                |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685                        | 200          |          | 0,20             | 0,00    | 9,20       | 42,00                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                 | 50           |          | 3,95             | 0,50    | 21,15      | 116,33                |
| Итого за прием пищи:                              | 580          | 104,20 Р | 20,32            | 17,55   | 75,75      | 564,63                |

7-11 лет ОБЗ

| Наименование блюда                                | Масса порции | цена | Пищевые вещества |         |            | Энерг. Ценность ккал. |
|---------------------------------------------------|--------------|------|------------------|---------|------------|-----------------------|
|                                                   |              |      | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                           |              |      |                  |         |            |                       |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ/ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ №1 | 60           |      | 0,41             | 0,1     | 0,84       | 5,0                   |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307К/363К      | 90/30        |      | 11,30            | 11,30   | 14,10      | 205,60                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №203         | 150          |      | 4,46             | 5,70    | 30,46      | 195,70                |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685                        | 200          |      | 0,20             | 0,00    | 9,20       | 42,00                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                 | 50           |      | 3,95             | 0,50    | 21,15      | 116,33                |
| Итого за прием пищи:                              | 580          |      | 20,32            | 17,55   | 75,75      | 564,63                |

|                                  |     |          |      |      |       |        |
|----------------------------------|-----|----------|------|------|-------|--------|
| ДАТСКАЯ БУЛОЧКА С НАЧИНКОЙ       | 100 |          | 6,30 | 6,80 | 57,20 | 320,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 200 |          | 3,16 | 2,66 | 15,94 | 100,60 |
| Итого за прием пищи:             | 300 | 151,02 Р | 9,46 | 9,46 | 73,14 | 420,60 |

12-18 лет

| Наименование блюда                                  | Масса порции | цена     | Пищевые вещества |         |            | Энерг. Ценность ккал. |
|-----------------------------------------------------|--------------|----------|------------------|---------|------------|-----------------------|
|                                                     |              |          | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г |                       |
| ЗАВТРАК                                             |              |          |                  |         |            |                       |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ /ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)№ 1 | 100          |          | 0,5              | 0,1     | 1,01       | 6,0                   |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307К/363К        | 100/30       |          | 12,70            | 12,80   | 15,50      | 227,30                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203                    | 170          |          | 5,19             | 6,50    | 34,50      | 221,80                |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685                          | 200          |          | 0,20             | 0,00    | 9,20       | 42,00                 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                   | 50           |          | 3,95             | 0,50    | 21,15      | 116,33                |
| Итого за прием пищи:                                | 650          | 104,20 Р | 22,5             | 19,86   | 81,36      | 613,43                |

12-18 лет ОБЗ

| Наименование блюда                                  | Масса порции | цена | Пищевые вещества |         |            | Энерг.         |
|-----------------------------------------------------|--------------|------|------------------|---------|------------|----------------|
|                                                     |              |      | Белки,г          | Жиры,г. | Углеводы,г | Ценность ккал. |
| ЗАВТРАК                                             |              |      |                  |         |            |                |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ /ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)№ 1 | 100          |      | 0,5              | 0,1     | 1,01       | 6,0            |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307К/363К        | 100/30       |      | 12,70            | 12,80   | 15,50      | 227,30         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203                    | 170          |      | 5,19             | 6,50    | 34,50      | 221,80         |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685                          | 200          |      | 0,20             | 0,00    | 9,20       | 42,00          |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                   | 50           |      | 3,95             | 0,50    | 21,15      | 116,33         |
| Итого за прием пищи:                                | 650          |      | 22,5             | 19,86   | 81,36      | 613,43         |

|                                  |     |          |       |       |       |        |
|----------------------------------|-----|----------|-------|-------|-------|--------|
| ДАТСКАЯ БУЛОЧКА С НАЧИНКОЙ       | 100 |          | 6,30  | 6,80  | 57,20 | 320,00 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379 | 250 |          | 4,35  | 4,00  | 23,40 | 150,10 |
| Итого за прием пищи:             | 300 | 151,02 Р | 10,65 | 10,80 | 80,60 | 470,10 |