

Сотасовано
и.о. директора
А.В. Рыжов

Утверждаю

Директор ООО "ОПТИМА"

2022г.

Ежедневное меню

6 день

1-4 класс

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК					
175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	200	8,2	14,9	34,7	220,6
2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30/20	3,3	0,2	27,2	117,4
685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	15,0	58,0
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,0	0,5	21,2	118,3
	Итого за прием пищи:	500	15,7	15,6	98,1	514,3
	ОВЗ					
	Булочка с изюмом	80	6,7	11,2	42,5	297,7
360	Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
	Итого за прием пищи:	280	6,8	11,2	70,7	408,0
	Всего:	780	22,45	26,8	168,75	922,33

5-11 класс

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК					
175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	250	10,3	18,6	43,4	275,5
2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30/20	3,3	0,2	27,2	117,4
685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	15,0	58,0
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,0	0,5	21,2	118,3
	Итого за весь прием пищи:	550	17,7	19,3	106,8	569,2
	ОВЗ					
	Булочка с изюмом	160	6,7	11,2	42,5	297,7
360	Кисель из повидла	200	0,1	0	28,2	110,3
	Итого за прием пищи:	360	6,8	11,2	70,7	408
	Всего:	910	24,5	30,53	177,45	977,23