

Утверждаю
 Директор ООО "ОПТИМА"
 Киселев Г.А.



Согласовано
 и.о. Директор

МКОУ Красненский



И.И. Воробьев

Ежедневное меню
10 день
7-11 лет

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ"	90	11,60	8,30	5,90	119,00
304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,80	6,80	38,90	219,30
70	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЬИЙ)	60	0,60	0,10	1,75	13,20
686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,00	15,20	60,00
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,30	0,60	17,10	90,50
Итого за весь прием пищи:		550	19,60	15,80	78,85	502,00
ОВЗ						
	Косичка с сахаром	100	7,10	8,30	51,00	265,00
348	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,50	0,10	27,40	112,60
Итого за весь прием пищи:		300	7,60	8,40	78,40	377,60

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ"	100	12,90	9,20	6,50	132,20
304	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,56	8,16	46,70	263,16
70	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЬИЙ)	100	1,00	0,16	2,90	22,00
686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,00	15,20	60,00
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,30	0,60	17,10	90,50
Итого за весь прием пищи:		630	22,06	18,12	88,40	567,86
ОВЗ						
	Косичка с сахаром	100	7,10	8,30	51,00	265,00
348	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,50	0,10	27,40	112,60
Итого за весь прием пищи:		300	7,60	8,40	78,40	377,60