

Утверждаю
Директор ООО "Вита Лайн"

Н.Н.Клоков

Согласовано

Директор

2024 г

День: ТРЕТИЙ
Неделя: ПЕРВАЯ
Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ
Возрастная категория: 7-11 ЛЕТ

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ



ЗАВТРАК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	САЛАТ ФРУКТОВЫЙ С ЙОГУРТОМ	60	1,0	0,7	5,9	35,7	25,00
2	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,9	21,5	147,7	25,00
3	КНЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ 90/30	120	12,8	10,2	18,2	199,0	36,00
4	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	7,7	31,0	10,00
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2,00
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2,00
Итого за прием пищи:		570	19,4	16,0	71,8	501,5	100,00

ОБЕД

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,9	3,7	5,0	56,1	15,00
2	СУП СЫРНЫЙ С СУХАРИКАМИ 200/20	220	7,6	8,1	15,4	127,1	30,00
3	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	15,6	19,2	36,7	368,8	28,00
4	СОК ФРУКТОВЫЙ /ВИНОГРАДНЫЙ	200	0,6	0,4	31,6	135,8	34,00
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,1	94,7	5,00
6	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	120	0,5	0,5	11,8	56,4	15,00
Итого за прием пищи:		790	28,1	32,1	120,5	838,9	127,00

ПОЛДНИК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	155	6,4	7,1	30,5	212,0	83,00
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,0	2,2	15,3	93,2	15,00
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2,00
Итого за прием пищи:		355	10,9	9,4	55,8	352,5	100,00

ТЕХНОЛОГ Т.В.РУСИНОВА