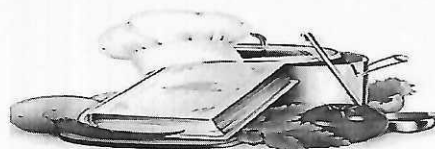


Утверждаю  
 Директор ООО "Вита Лайн"  
 Н.Н.Кудрявцев  
 2024 г.  
 "Вита Лайн"  
 ИНН 2311523120  
 ОГРН 1152312004334  
 День: ПЕРВЫЙ  
 Неделя: ПЕРВАЯ  
 Сезон: ЛЕТО  
 Возрастная категория: 7-11 ЛЕТ

Согласовано  
 Директор \_\_\_\_\_  
 " " 2024 г.

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ



### ЗАВТРАК

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции, г | Пищевые вещества, г |             |             | Энергетическая ценность, ккал | Стоимость рациона |
|-------|----------------------------------|-----------------|---------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------------|
|       |                                  |                 | Белки               | Жиры        | Углеводы    |                               |                   |
| 1     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ   | 150             | 6,5                 | 6,9         | 23,7        | 188,0                         | 38,00             |
| 2     | БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ       | 55              | 7,0                 | 10,1        | 15,1        | 216,4                         | 30,00             |
| 3     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ       | 180             | 3,0                 | 2,2         | 12,6        | 82,7                          | 15,00             |
| 4     | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/ | 110             | 0,4                 | 0,4         | 10,8        | 51,7                          | 15,00             |
| 5     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      | 20              | 1,3                 | 0,2         | 8,5         | 40,8                          | 2,00              |
|       | <b>Итого за прием пищи:</b>      | <b>515</b>      | <b>18,2</b>         | <b>19,8</b> | <b>70,8</b> | <b>579,6</b>                  | <b>100,00</b>     |

### ОБЕД

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции, г | Пищевые вещества, г |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Стоимость рациона |
|-------|--------------------------------------------------|-----------------|---------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------------|
|       |                                                  |                 | Белки               | Жиры        | Углеводы     |                               |                   |
| 1     | ЗАКУСКА ИЗ КАБАЧКОВОЙ ИКРЫ И ВАРЕНОГО ЯЙЦА 50/40 | 90              | 5,9                 | 8,9         | 4,1          | 120,8                         | 20,00             |
| 2     | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ                      | 200             | 2,6                 | 3,2         | 17,6         | 113,2                         | 25,00             |
| 3     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                | 150             | 3,2                 | 4,9         | 21,5         | 147,7                         | 20,00             |
| 4     | РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ ПОД СЫРНЫМ СОУСОМ      | 90              | 10,2                | 8,9         | 18,5         | 145,9                         | 41,00             |
| 5     | СОК ФРУКТОВЫЙ /ВИНОГРАДНЫЙ                       | 200             | 0,6                 | 0,4         | 31,6         | 135,8                         | 15,00             |
| 6     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 30              | 2,3                 | 0,2         | 15,1         | 71,1                          | 3,00              |
| 7     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 30              | 2,0                 | 0,3         | 12,7         | 61,2                          | 3,00              |
|       | <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>790</b>      | <b>26,8</b>         | <b>26,8</b> | <b>121,1</b> | <b>795,7</b>                  | <b>127,00</b>     |

### ПОЛДНИК

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества, г |             |             | Энергетическая ценность, ккал | Стоимость рациона |
|-------|--------------------------------|-----------------|---------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------------|
|       |                                |                 | Белки               | Жиры        | Углеводы    |                               |                   |
| 1     | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ   | 150             | 8,8                 | 11,8        | 20,7        | 245,1                         | 83,00             |
| 2     | СОК ФРУКТОВЫЙ /ЯБЛОЧНЫЙ/       | 200             | 1,0                 | 0,2         | 19,6        | 83,4                          | 15,00             |
| 3     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 20              | 1,3                 | 0,2         | 8,5         | 40,8                          | 2,00              |
|       | <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>370</b>      | <b>11,1</b>         | <b>12,2</b> | <b>48,8</b> | <b>369,3</b>                  | <b>100,00</b>     |

ТЕХНОЛОГ \_\_\_\_\_ Т.В.РУСИНОВА