

Утверждено
 Директор ООО "Вита-лайн"
 Н.Н. Жлоба
 12.12.2024
 Дата: ШЕСТОЙ
 Исходный: ПЕРВАЯ
 Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ
 Возрастная категория: 12-18 лет

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Согласовано
 И.И. Мухоморов
 МБОУ СОШ 8
 2024

ЗАВТРАК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ С ИЗЮМОМ	100	0,4	0,4	23,1	165,7	20,00
2	АЗУ С ПТИЦЕЙ ПШЕНИЧНОЙ КРУПОЙ	200	15,4	17,6	18,6	225,7	55,00
3	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО С САХАРОМ	200	0,4	0,1	27,1	110,2	15,00
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	3,00
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	4,00
Итого за прием пищи:		560	20,5	18,6	96,6	633,8	97,00

ОБЕД

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ/ТОМАТЫ	100	1,1	0,0	2,4	14,0	12,00
2	СУП С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	1,8	4,4	16,0	113,4	17,00
3	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С МАКАРОНАМИ	200	17,9	21,7	50,9	393,4	91,00
5	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,4	1,2	14,3	72,9	10,00
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	5,00
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	4,00
Итого за прием пищи:		820	28,7	28,0	125,7	793,7	139,00

ТЕХНОЛОГ _____ Т.В.РУСИНОВА