Утверждаю
Директор ООО "Вита Лайн"
Н.Н. Сидоров
"[illegible]" [illegible] 2024 г

Согласовано
Директор
"[illegible]" [illegible] 2024 г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

День: ПЕРВЫЙ
Неделя: ПЕРВАЯ
Сезон: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
Возрастная категория: 7-11 ЛЕТ

ЗАВТРАК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	150	6,2	6,7	26,4	195,9	56,00
2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	55	5,8	9,6	15,1	198,2	12,00
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,0	2,2	12,6	82,7	10,00
4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	120	0,5	0,5	11,8	56,4	12,00
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	9,9	46,0	2,00
	Итого за прием пищи:	**525**	**16,6**	**19,2**	**75,8**	**579,2**	**92,00**

ОБЕД

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	ЗАКУСКА ИЗ ИКРЫ КАБАЧКОВОЙ И ВАРЕНОГО ЯЙЦА (50/40)	90	2,9	6,9	4,1	100,8	18,00
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,6	2,3	17,6	101,7	15,00
3	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	150	10,7	12,5	13,3	183,1	55,00
4	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ	200	0,4	0,0	29,1	119,8	8,00
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,1	3,00
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	3,00
7	МОЛОКО ПРОМ. ПР-ВА Т/ПАК 0,2 Л 2,5%	200	5,6	4,9	9,3	104,8	25,00
	Итого за прием пищи:	**900**	**26,5**	**27,1**	**101,2**	**742,5**	**127,00**

ПОЛДНИК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ/ СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ 150/20	170	8,4	8,0	20,0	219,1	78,00
2	СОК ФРУКТОВЫЙ/ ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,0	20,2	84,8	12,00
3	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	9,9	46,0	2,00
	Итого за прием пищи:	**390**	**10,5**	**8,2**	**50,1**	**349,9**	**92,00**

ТЕХНОЛОГ _____Т.В.РУСИНОВА