


 ООО «Витал-Лайн»  
 директор ООО «Витал-Лайн»  
 Н.И. Клодов  
 2024 г.  
 День: ШЕСТОЙ  
 Неделя: ПЯТАЯ  
 Сезон: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 Возрастная категория: 12-18 ЛЕТ


 Согласовано  
 директор  
 2024 г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

ЗАВТРАК

| № п/п                       | Прим пищи, наименование блюда  | Масса порции, г | Пищевые вещества, г |             |             | Энергетическая ценность, ккал | Стоимость рациона |
|-----------------------------|--------------------------------|-----------------|---------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------------|
|                             |                                |                 | Белки               | Жиры        | Углеводы    |                               |                   |
| 1                           | МАКАРОНЫ В МОЛОКЕ              | 250             | 7,7                 | 9,4         | 35,8        | 172,2                         | 42,00             |
| 2                           | ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ    | 100             | 8,9                 | 10,0        | 30,6        | 287,4                         | 30,00             |
| 3                           | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/ СНЕЖОК/ | 180             | 4,7                 | 4,1         | 6,5         | 85,9                          | 20,00             |
| 4                           | ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 30              | 2,0                 | 0,3         | 12,7        | 61,2                          | 3,00              |
| 5                           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 20              | 1,5                 | 0,1         | 10,0        | 47,4                          | 2,00              |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                                | <b>580</b>      | <b>24,8</b>         | <b>23,9</b> | <b>95,6</b> | <b>654,1</b>                  | <b>97,00</b>      |

ОБЕД

| № п/п                       | Прим пищи, наименование блюда          | Масса порции, г | Пищевые вещества, г |             |              | Энергетическая ценность, ккал | Стоимость рациона |
|-----------------------------|--|-----------------|---------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------------|
|                             |  |                 | Белки               | Жиры        | Углеводы     |                               |                   |
| 1                           | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ              | 100             | 1,6                 | 5,1         | 8,2          | 87,6                          | 12,00             |
| 2                           | СУП С КЛЕЦКАМИ                         | 250             | 2,4                 | 3,7         | 11,9         | 94,3                          | 17,00             |
| 3                           | СТОЖКИ КУРИНЫЕ С ОВОЩАМИ               | 200             | 20,0                | 22,2        | 26,9         | 389,0                         | 79,00             |
| 4                           | КИСЕЛЬ С СУХОФРУКТАМИ НА ЯБЛОЧНОМ СОКЕ | 200             | 0,6                 | 0,1         | 32,0         | 132,8                         | 10,00             |
| 5                           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ / ЯБЛОКО       | 100             | 0,4                 | 0,4         | 9,8          | 47,0                          | 12,00             |
| 6                           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 50              | 3,8                 | 0,0         | 25,1         | 118,4                         | 5,00              |
| 7                           | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 40              | 2,7                 | 0,4         | 17,0         | 81,6                          | 4,00              |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |  | <b>940</b>      | <b>31,5</b>         | <b>31,9</b> | <b>130,9</b> | <b>950,7</b>                  | <b>139,00</b>     |

ТЕХНОЛОГ \_\_\_\_\_ Т.В.РУСИНОВА