



Исполнитель: И.И. Клоков
 ООО "Вита Лайн"
 Н.Н. Клоков
 2024 г

День: _____
 Неделя: ТРЕТИЙ
 Сезон: ВТОРАЯ
 Возрастная группа: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

Возраст: 12-18 ЛЕТ

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Согласовано
 Директор _____
 " " _____
 2024 г

ЗАВТРАК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,8	6,5	27,6	179,2	44,00
2	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	60	4,7	11,0	15,5	199,1	13,00
3	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,0	11,8	90,7	10,00
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	3,00
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	9,9	46,0	2,00
6	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:		710	22,3	25,8	89,2	690,8	97,00

ОБЕД

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,2	0,2	11,3	52,3	12,00
2	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	2,6	5,5	11,6	115,7	17,00
3	КАРТОФЕЛЬ ПО-ХУТОРСКИ	180	7,2	11,3	25,8	236,6	22,00
4	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ "КАЗАЧОК"	100	10,6	11,3	13,3	190,1	47,00
5	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК /КЕФИР	220	6,4	5,5	8,8	116,6	17,00
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
8	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ /ЯБЛОКО	150	2,0	1,5	13,2	66,3	15,00
Итого за прием пищи:		1090	36,5	36,0	126,1	977,6	139,00

ПОЛДНИК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ТЫКВОЙ/ ПОВИДЛО 200/20	220	13,2	13,4	29,2	303,4	86,00
2	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ	200	0,2	0,0	26,5	136,1	8,00
3	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	3,00
Итого за прием пищи:		450	15,4	13,7	68,4	500,7	97,00

ТЕХНОЛОГ _____ Т.В.РУСИНОВА