

Утверждаю
 Директор ООО "Вита Лайн"
 И.Н.Клоков
 2025 г

День: пятый
 Неделя: вторая
 Сезон: зимне-весенний
 Возрастная категория: 12-18 ЛЕТ

Согласовано
 Директор
 2025 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	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ/ОГУРЦЫ/	100	0,80	0,10	1,70	13,00	20,00
2	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	8,09	10,61	26,81	247,11	51,88
3	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,17	0,07	14,34	59,93	15,00
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	2,00
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	2,00
6	МОЛОКО ПРОМ.ПР-ВА Т/ПАК ДЛЯ ДЕТ.ПИТ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	25,00
	Итого за прием пищи:	720	17,54	15,93	70,68	512,95	115,88

ОБЕД

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,41	6,09	8,28	93,46	20,00
2	СУП С КЛЕЦКАМИ	250	2,86	4,74	14,06	112,42	30,00
3	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	20,77	21,36	31,14	339,13	60,00
4	СОК ФРУКТОВЫЙ ВИШНЕВЫЙ	200	1,36	0,39	22,12	98,94	18,00
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09	6,00
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	4,00
7	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	120	0,48	0,48	11,76	56,40	16,00
	Итого за прием пищи:	970	34,11	33,78	134,43	924,02	154,00

ТЕХНОЛОГ Т.В.РУСИНОВА