

Утверждено
 Директор ООО "Вита Лайн"
 Н.Н.Клоков
 2025 г.

День: ПЯТЫЙ
 Неделя: ВТОРАЯ
 Сезон: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 Возрастная категория: 7-11 ЛЕТ

Согласовано
 Директор
 2025 г.

МАОУ СОШ №30
 имени М.Л. Гоголя
 поселка
 Мостовского



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/	60	0,48	0,06	1,02	7,80	18,00
2	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	8,09	10,61	26,81	247,11	51,97
3	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,17	0,07	14,34	59,93	15,00
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	3,00
5	МОЛОКО ПРОМ.ПР-ВА Т/ПАК ДЛЯ ДЕТ.ПИТ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	25,00
	Итого за прием пищи:	670	16,66	15,78	66,53	490,65	112,97

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	60	0,85	3,65	4,97	56,07	18,00
2	СУП С КЛЕЦКАМИ	200	2,28	3,80	21,25	130,02	25,00
3	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	17,56	19,11	30,11	339,24	52,72
4	СОК ФРУКТОВЫЙ ВИШНЕВЫЙ	200	1,36	0,39	22,12	98,94	18,00
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	4,00
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	2,00
7	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	120	0,48	0,48	11,76	56,40	16,00
	Итого за прием пищи:	810	26,90	27,86	118,76	816,19	135,72

ТЕХНОЛОГ _____ Т.В.РУСИНОВА