

Утверждаю
 Директор ООО "Вита-Лайн"
 Н.Н.Клюков
 2025 г.
 День: ПЕРВЫЙ
 Понедельник
 Сезон: ВЕСЕННИЙ
 Возрастная категория: 7-11 ЛЕТ

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Согласовано
 Директор
 2025 г.
 МАОУ СОШ №30
 имени М.Л. Полосин
 поселка
 Мостовский

ЗАВТРАК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	БУТЕРБРОД С ШОКОЛАДНЫМ МАСЛОМ	45	2,36	7,06	11,17	133,25	35,00
2	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	155	3,57	4,68	13,42	113,19	42,97
3	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	13,77	98,42	15,00
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,83	4,00
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	4,00
6	кондитерские изделия/ не кремовые	20	1,50	1,96	9,88	43,40	12,00
	Итого за прием пищи:	500	16,88	17,31	85,27	564,67	112,97

ОБЕД

№ 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	ЩИ НОВГОРОДСКИЕ	200	1,47	3,92	6,42	71,18	25,00
3	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ОВОЩАМИ	150	3,32	4,39	19,13	146,72	20,00
4	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 100/50/СВИНИНА/	150	15,27	18,43	25,56	302,83	47,72
5	УЗВАР ИЗ СУХОФРУКТОВ И ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,74	0,31	22,16	138,43	18,00
7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	4,00
8	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	3,00
	Итого за прием пищи:	810	26,32	27,62	107,08	822,88	135,72

ТЕХНОЛОГ Т.В.РУСИНОВА