

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

День: вторник
 Неделя: вторая
 Сезон: зимне-весенний
 Возрастная категория: 7-11 ЛЕТ

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Согласовано
 Директор СОШ №30
 2025 г

МАРШРУТНО-ТЕМАТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА
 имени М.Л. Попович
 поселка Мостовской



ЗАВТРАК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	60	1,07	3,07	3,74	47,29	18,00
2	АЗУ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	180	6,19	7,89	13,84	155,89	55,97
3	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК СНЕЖОК	180	4,86	4,50	19,44	142,20	20,00
4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ/ ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,70	15,00
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	4,00
	Итого за прием пищи:	570	15,61	16,15	67,87	491,81	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/ ТОМАТЫ	60	0,66	0,00	1,44	8,40	18,00
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,63	3,17	12,59	113,24	25,00
3	РЫБА АППЕТИТНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	200	11,47	15,94	49,28	370,21	45,72
5	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,55	1,21	12,29	66,58	15,00
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	4,00
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	3,00
8	МОЛОКО ПРОМ.ПР-ВА Т/ПАК ДЛЯ ДЕТ.ПИТ	200	5,63	4,85	9,31	104,76	25,00
	Итого за прием пищи:	930	26,98	25,68	117,70	819,11	135,72

ТЕХНОЛОГ Т.В.РУСИНОВА