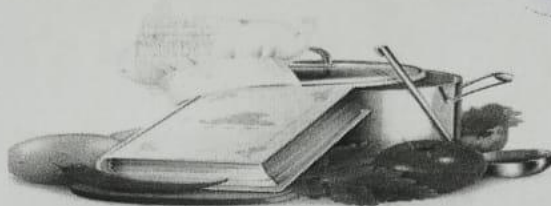


Утверждаю
 Директор ООО "Вита Лайн"
 Н.Н.Клоков
 "29" января 2024 г.

Согласовано
 Директор МБОУООШ № 16
 В.Н.Спицын
 "29" января 2024 г.

29 января 2024 г.
 ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 1 день 1 недели
 5-11 КЛАСС

ООО "Вита Лайн"
 СТОЛОВАЯ №16



ЗАВТРАК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	КАША вязкая молочная из риса и пшени	200	8,10	10,70	31,90	247,60	43,07
2	БУТЕРБРОД с сыром и маслом	60	6,30	7,90	14,80	180,00	25,00
3	ЧАЙ с молоком	180	1,40	1,20	14,30	72,90	10,00
4	ФРУКТЫ свежие по сезону /яблоко/	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
5	ХЛЕБ ржаной	40	2,70	0,40	17,00	81,60	4,00
Итого за прием пищи:		580	18,90	20,60	87,80	629,10	92,07

ОБЕД

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная	100	2,50	12,20	7,70	11,90	11,00
2	СУП с макаронными изделиями	250	2,70	2,80	17,50	118,30	25,00
3	РЫБА, запеченная с картофелем порусски	200	10,80	10,70	19,40	235,60	50,00
4	СОК фруктовый /виноградный	180	0,50	0,40	29,30	122,80	10,00
5	МОЛОКО для детского питания т/пак 2,5 %	200	5,80	5,00	9,60	107,00	25,00
6	ХЛЕБ пшеничный	50	3,80	0,30	25,10	118,40	5,00
7	ХЛЕБ ржаной	50	3,30	0,40	21,20	102,00	5,00
Итого за прием пищи:		1030	29,40	31,80	129,80	816,00	131,00

ПОЛДНИК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	ЗАПЕКАНКА из печени с рисом/ соус томатный с овощами 150/20	220	10,70	10,10	30,50	292,90	39,47
2	ЧАЙ с лимоном	180	0,20	0,00	7,40	31,20	10,00
3	ХЛЕБ пшеничный	20	1,50	0,10	10,00	47,40	2,00
Итого за прием пищи:		420	12,40	10,20	47,90	371,50	51,47





Утверждаю
 Директор ООО "Вита Лайн"
 Н.Н.Клоков
 "29" января 2024 г.

29 января 2024 г.
 ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 1 день 1 недели
 1-4 КЛАСС

Согласовано
 Директор МБОУООШ № 16
 В.Н. Спицын
 "29" января 2024 г.

ООО "Вита Лайн"
 СТОЛОВАЯ №16



ЗАВТРАК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	150	6,10	8,00	23,90	185,70	30,00
2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	6,30	7,90	14,80	180,00	25,00
3	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,40	1,20	14,30	72,90	10,00
4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,10	0,20	9,90	46,00	2,00
Итого за прием пищи:		500	15,30	17,70	72,70	531,60	77,00

ОБЕД

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,50	7,30	4,60	71,40	10,00
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,20	2,30	14,00	94,60	25,00
3	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	200	10,80	10,70	19,40	221,70	47,07
4	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ	200	0,20	0,00	32,80	151,20	10,00
5	МОЛОКО ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ Т/ЛАК 2,5 %	200	5,80	5,00	9,60	107,00	25,00
6	ХЛЕБ ППЕНИЧНЫЙ	40	3,10	0,30	20,10	94,70	4,00
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,70	0,40	17,00	81,60	4,00
Итого за прием пищи:		940	26,30	26,00	117,50	822,20	125,07

ПОЛДНИК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ/ СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЦАМИ 150/20	170	8,40	8,00	24,00	230,40	37,72
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,20	0,00	7,40	31,20	10,00
3	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,10	0,20	9,90	46,00	2,00
Итого за прием пищи:		370	9,70	8,20	41,30	307,60	49,72



