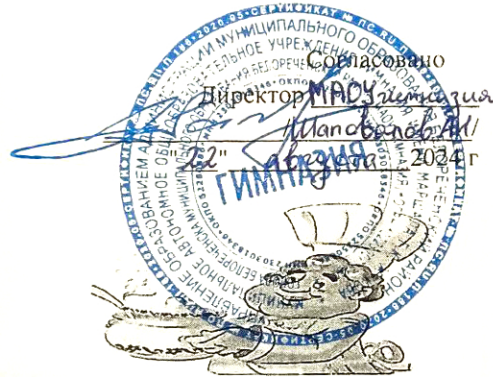


Утвержденной Отделением
 Директор ООО "Вита Лайн"
 Н.Н.Клоков
 2024 г.
 «ВИТА ЛАЙН»
 День: ТРЕТИЙ
 Неделя: ПЕРВАЯ
 Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ
 Возрастная категория: 12-18 ЛЕТ



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

ЗАВТРАК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	САЛАТ ФРУКТОВЫЙ С ЙОГУРТОМ	100	1,6	1,2	9,8	59,5	26,00
2	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	5,9	25,8	177,3	22,00
3	КНЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ 120/30	150	13,7	12,1	22,7	248,0	41,00
4	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	7,7	31,0	10,00
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,1	94,7	4,00
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2,00
Итого за прием пищи:		690	19,4	19,5	94,6	651,4	105,00

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	1,4	6,1	8,3	93,5	17,00
2	СУП СЫРНЫЙ С СУХАРИКАМИ 250/20	270	6,7	9,1	12,0	141,7	35,00
3	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,8	20,6	35,6	410,3	29,00
4	СОК ФРУКТОВЫЙ /ВИНОГРАДНЫЙ	200	0,6	0,4	31,6	135,8	34,00
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	5,00
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	4,00
8	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКО/	120	0,5	0,5	11,8	56,4	15,00
Итого за прием пищи:		980	36,4	37,3	141,3	1 037,7	139,00

ПОЛДНИК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	200	8,3	9,2	29,1	203,0	88,00
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,0	2,2	15,3	43,0	15,00
3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,1	2,00
Итого за прием пищи:		410	13,5	11,5	59,4	317,1	105,00

ТЕХНОЛОГ _____ Т.В.РУСИНОВА