

"Хитёрждаю"



Директор Лебедева М.С./

Директор

Жазакова О.А./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ "Мастерград" г.Перми

Меню питания детей 7-11 лет (весна, дети) вариант №2

Меню на 17.04.2024 года (День 9)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe				

Прасильный завтрак 7-11 лет (День 9,)

№76/ЕСТ Н2018/5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ШОКОЛАДНОЕ)	10	0,01	0,08	7,25	0,13	66,09	0,01	0,01	40,00	2,40	3,00	0,02		
№220/ЕС ТН2018	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	200	3,91	7,66	10,57	39,14	282,34	0,16	0,21	0,99	40,00	179,98	258,96	38,69	0,97
№459/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	1,03	0,07	0,01	10,27	41,39		2,88		3,18	1,58	0,86	0,07	
№108/П2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50	2,42	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08	0,03		11,50	43,50	16,50	1,00	
№79/ЕСТ Н2018/5	ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	1/170	1,47	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00	24,00	16,50	13,50	3,30	

Итого по подменю:

Завтрак "Перемёнка" 7-11 лет (День 9,)

№145/ЕС ТН2018/5	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	0,11	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20	10,20	18,00	8,40	0,30	
№439/Ди т.сб.М2	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 90Г	90	0,05	24,14	20,74	0,46	285,06	0,12	0,20	3,65	51,48	21,55	209,63	26,15	1,72
№255/ЕС ТН2018/5	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	3,60	5,66	5,56	36,04	216,84	0,09	0,03	27,00	20,69	48,31	8,72	0,90	
№459/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	1,03	0,07	0,01	10,27	41,39		2,88		3,18	1,58	0,86	0,07	
№110/П2 13/изд.5	ХЛЕБ 2 КУС.	2кус/60	2,57	4,71	0,72	25,68	128,40	0,08	0,03		13,80	57,90	17,40	1,53	

Итого по подменю:

Завтрак "Здоровей-ка" 7-11 лет /Диета №9 (День 9,)

№145/ЕС Н2018/5	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)	60	0,11	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20	10,20	18,00	8,40	0,30	
№439/Ди т.сб.М2	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 90Г	90	0,05	24,14	20,74	0,46	285,06	0,12	0,20	3,65	51,48	21,55	209,63	26,15	1,72

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe				
№255/ЕС	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	150	3,60	5,66	5,56	36,04	216,84	0,09	0,03		27,00	20,69	48,31	8,72	0,90				
№459/ЕС	ОТВАРНЫЕ (ИЗ ТВ.СОРТОВ																		
№459/ЕС	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (БЕЗ САХАРА)	200/7	0,03	0,07	0,01	0,29	1,47				2,88	2,88	1,58	0,86	0,04				
№109/П2	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кгс./30г	1,12	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93				
Итого по подменю:			96,26	4,91	32,63	26,79	49,12	568,05	0,26	0,25	10,73	78,48	62,22	309,32	51,63	3,89			

**Обед "Обжорка" 7-11 лет (День 9,)**

№42/ЕСТ <th rowspan="2">САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С <th rowspan="2">ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ. <th rowspan="2">60 <th rowspan="2">0,71 <th rowspan="2">1,26 <th rowspan="2">6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С <th rowspan="2">ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ. <th rowspan="2">60 <th rowspan="2">0,71 <th rowspan="2">1,26 <th rowspan="2">6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ. <th rowspan="2">60 <th rowspan="2">0,71 <th rowspan="2">1,26 <th rowspan="2">6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	60 <th rowspan="2">0,71 <th rowspan="2">1,26 <th rowspan="2">6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	0,71 <th rowspan="2">1,26 <th rowspan="2">6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	1,26 <th rowspan="2">6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th>	89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th>	0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th>	0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th>	9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th>	<th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th>	9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th>	33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th>	12,12 <th rowspan="2">0,48 </th>	0,48
№92/ЕСТ	СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И	КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ.	200/5	1,04	1,62	0,90	10,40	56,34	0,05	0,05	17,48	5,00	39,99	46,14	21,14	0,97
№347/ЕС	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".		90	1,39	16,54	10,83	13,86	219,28	0,06	0,09	0,14		27,98	98,22	16,23	1,36
№248/ЕС	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ		150	2,51	6,96	8,55	25,11	205,23	0,03	0,20	3,38	30,00	104,49	185,39	86,29	2,61
№484/ЕС	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		200	1,89	0,16	0,16	18,89	77,64	0,01	0,01	4,00		6,85	4,40	3,60	0,93
№109/П2	ХЛЕБ РЖАНОЙ		1кгс./30г	1,12	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
№108/П2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.		1кгс./30г.	1,45	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,02			6,90	26,10	9,90	0,60
Итого по подменю:			96,26	10,11	31,25	27,34	101,07	776,04	0,29	0,41	34,06	35,00	202,50	425,90	156,78	7,88

**Обед "Здоровей-ка" 7-11 лет (Диета №9) (День 9,)**

№42/ЕСТ <th rowspan="2">САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С</th> <th rowspan="2">ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ. <th rowspan="2">60 <th rowspan="2">0,71 <th rowspan="2">1,26 <th rowspan="2">6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ. <th rowspan="2">60 <th rowspan="2">0,71 <th rowspan="2">1,26 <th rowspan="2">6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	60 <th rowspan="2">0,71 <th rowspan="2">1,26 <th rowspan="2">6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	0,71 <th rowspan="2">1,26 <th rowspan="2">6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	1,26 <th rowspan="2">6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	6,18 <th rowspan="2">7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	7,13 <th rowspan="2">89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th></th>	89,15 <th rowspan="2">0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th></th>	0,06 <th rowspan="2">0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th></th>	0,03 <th rowspan="2">9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th></th>	9,06 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th></th>	<th rowspan="2">9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th></th>	9,39 <th rowspan="2">33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th></th>	33,85 <th rowspan="2">12,12 <th rowspan="2">0,48 </th></th>	12,12 <th rowspan="2">0,48 </th>	0,48
№92/ЕСТ	СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И	КАРТОФЕЛЕМ" С/С(ДИЕТА №9).	200/5	0,84	1,62	0,90	8,40	48,35	0,05	0,05	17,48	5,00	39,93	46,14	21,14	0,96
№347/ЕС	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".		90	1,39	16,54	10,83	13,86	219,28	0,06	0,09	0,14		27,98	98,22	16,23	1,36
№377/ЕС	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (ДИЕТА №9)	100г	100	0,74	2,42	3,41	7,35	69,76	0,05	0,06	52,63	18,00	60,99	44,80	22,72	0,85
№484/ЕС	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	/БЕЗ САХАРА/	200	0,39	0,16	0,16	3,92	17,76	0,01	0,01	4,00		6,40	4,40	3,60	0,88
№109/П2	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20Г		20	0,75	1,56	0,28	7,46	38,60	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:			96,26	4,82	23,56	21,76	48,12	482,90	0,25	0,25	83,31	23,00	149,29	248,61	80,81	5,15

**ПОЛДНИК (День 9,)**

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe
№459/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	1,03	0,07	0,01	10,27	41,39			2,88		3,18	1,58	0,86	0,07
№285/ЕС ТН2018/5	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ, СО С/МОЛОКОМ	100/30	3,98	23,98	5,60	39,76	305,40	0,08	0,30	0,49	29,00	215,07	252,71	35,12	0,64
Итого по подменю:			5,01	24,05	5,61	50,03	346,79	0,08	0,30	3,37	29,00	218,25	254,29	35,98	0,71

Зав. производ.

/Щачкова Е.В./

Калькулятор

*Наварич*

Наварич Т.С./



Директор *[Signature]*

Преобраева М.С./



Директор *[Signature]*

Казачкова О.А./

Меню питания детей 12-18 лет (весна) вариант №2

Меню на 17.04.2024 года (День 9)

**Правильный завтрак 12-18 лет (День 9,)**

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг														
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe							
№76/ЕСТ Н2018/5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ШОКОЛАДНОЕ)	10	0,01	0,08	7,25	0,13	66,09				0,01				40,00	2,40	3,00		0,02			
№220/ЕС ТН2018	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	200	3,91	7,66	10,57	39,14	282,34	0,16	0,21	0,99	40,00	179,98	258,96	38,69					0,97			
№459/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	1,03	0,07	0,01	10,27	41,39				2,88								0,86	0,07		
№108/Л2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60Г	60	2,90	4,74	0,60	28,98	141,00	0,10	0,04										1,58	0,86	0,07	
№79/ЕСТ Н2018/5	ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	1/170	1,47	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00									24,00	16,50	13,50	3,30
<b>Итого по подменю:</b>		<b>95,00</b>	<b>9,32</b>	<b>13,15</b>	<b>19,03</b>	<b>93,22</b>	<b>597,42</b>	<b>0,31</b>	<b>0,29</b>	<b>18,87</b>	<b>80,00</b>	<b>223,36</b>	<b>332,24</b>	<b>72,85</b>	<b>5,56</b>							

**Завтрак "Теремка" 12-18 лет (День 9,)**

№145/ЕС ТН2018/5	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)100Г	100	0,19	0,70	0,10	1,90	11,30	0,03	0,02	7,00					17,00	30,00	14,00		0,50			
№439/Ди ат.сб.М2	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	0,05	26,83	23,04	0,51	316,74	0,13	0,22	4,06	57,20	23,94	232,93	29,05					1,91			
№255/ЕС Н2018/5	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	180	4,33	6,80	6,67	43,25	260,21	0,11	0,03										57,97	10,47	1,08	
№459/ЕС Н2018/5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	1,03	0,07	0,01	10,27	41,39												3,18	1,58	0,86	0,07
№110/Л2 13/изд.5	ХЛЕБ 2 КУС.	2кус/60	2,57	4,71	0,72	25,68	128,40	0,08	0,03	2,88									13,80	57,90	17,40	1,53
<b>Итого по подменю:</b>		<b>128,00</b>	<b>8,17</b>	<b>39,11</b>	<b>30,54</b>	<b>81,61</b>	<b>758,04</b>	<b>0,35</b>	<b>0,30</b>	<b>13,94</b>	<b>89,60</b>	<b>82,75</b>	<b>380,38</b>	<b>71,78</b>	<b>5,09</b>							

**Завтрак "Здоровей-ка" 12-18 лет /Диета 9 (День 9,)**

№145/ЕС Н2018/5	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)100Г	100	0,19	0,70	0,10	1,90	11,30	0,03	0,02	7,00					17,00	30,00	14,00		0,50
№439/Ди ат.сб.М2	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	0,05	26,83	23,04	0,51	316,74	0,13	0,22	4,06	57,20	23,94	232,93	29,05					1,91

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe				
№255/ЕС ТН2018/5	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(ИЗ ТВ.СОРТОВ	180	4,33	6,80	6,67	43,25	260,21	0,11	0,03		32,40	24,83	57,97	10,47	1,08				
№459/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (БЕЗ САХАРА)	200/7	0,03	0,07	0,01	0,29	1,47			2,88		2,88	1,58	0,86	0,04				
№109/П2 013/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кгс./30г	1,12	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93				
<b>Итого по подменю:</b>		<b>128,00</b>	<b>5,72</b>	<b>36,74</b>	<b>30,24</b>	<b>57,14</b>	<b>647,62</b>	<b>0,30</b>	<b>0,28</b>	<b>13,94</b>	<b>89,60</b>	<b>75,55</b>	<b>354,28</b>	<b>61,88</b>	<b>4,46</b>				

**Обед "Обжорка" 12-18 лет (День 9,)**

№42/ЕСТ Н2018/5	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ	100	1,19	2,11	10,29	11,88	148,59	0,10	0,06	15,10		15,65	56,41	20,21	0,80
№347/ЕС ТН2018/3	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	100	1,54	18,37	12,04	15,40	243,65	0,06	0,10	0,15		31,09	109,13	18,04	1,51
№248/ЕС ТН2013/5	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	180	3,01	8,35	10,26	30,13	246,28	0,04	0,24	4,05	36,00	125,96	222,59	103,58	3,13
№484/ЕС ТН2018/5	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	1,89	0,16	0,16	18,89	77,64	0,01	0,01	4,00		6,85	4,40	3,60	0,93
№108/П2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50	2,42	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08	0,03			11,50	43,50	16,50	1,00
№109/П2 013/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кгс./30г	1,12	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
<b>Итого по подменю:</b>		<b>139,00</b>	<b>12,47</b>	<b>37,28</b>	<b>34,61</b>	<b>124,60</b>	<b>959,96</b>	<b>0,38</b>	<b>0,51</b>	<b>45,15</b>	<b>41,00</b>	<b>246,84</b>	<b>524,75</b>	<b>195,74</b>	<b>9,51</b>

**Обед "Здоровей-ка" 12-18 лет (Диета №9) (День 9,)**

№42/ЕСТ Н2018/5	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ	100	1,19	2,11	10,29	11,88	148,59	0,10	0,06	15,10		15,65	56,41	20,21	0,80
№347/ЕС Н2018/3	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	100	1,54	18,37	12,04	15,40	243,65	0,06	0,10	0,15		31,09	109,13	18,04	1,51
№377/ЕС Н2018/5	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (ДИЕТА №9) 100Г	100	0,74	2,42	3,41	7,35	69,76	0,05	0,06	52,63	18,00	60,99	44,80	22,72	0,85
№484/ЕС Н2018/5	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК /БЕЗ САХАРА/	200	0,39	0,16	0,16	3,92	17,76	0,01	0,01	4,00		6,40	4,40	3,60	0,88
№109/П2 3/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25Г	25	0,93	1,95	0,35	9,33	48,25	0,03	0,01			5,75	26,50	6,25	0,78
<b>Итого по подменю:</b>		<b>139,00</b>	<b>5,84</b>	<b>27,01</b>	<b>27,19</b>	<b>58,34</b>	<b>586,42</b>	<b>0,31</b>	<b>0,30</b>	<b>93,73</b>	<b>23,00</b>	<b>168,70</b>	<b>298,15</b>	<b>97,13</b>	<b>6,02</b>

**ПОЛДНИК (День 9,)**

N пед.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг		
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe	
№459/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	1,03	0,07	0,01	10,27	41,39			2,88			3,18	1,58	0,86	0,07
№285/ЕС ТН2018/5	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ	150/30	5,12	34,89	7,12	51,24	408,71	0,11	0,42	0,59	43,50	275,05	344,71	47,58	0,93	
Итого по подменю:			6,15	34,96	7,13	61,51	450,10	0,11	0,42	3,47	43,50	278,23	346,29	48,44	1,00	

Зав. производ.  / Шачкова Е.В./

Калькулятор  / Нагарич Т.С./

"Утверждаю"

ООО "ЛеймаС"

Директор Дубедеева М.С./



"Согласовано"

МАОУ "СОШ "Мастерград" г.Перми

Директор /Казачкова О.А./



Дополнительное питание детей 12-18 лет (весна-лето) вариант №2

Меню на 17.04.2024 года (День 9)

N пед.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe			

Завтрак "Лакомка" (День 9, )

№42/ЕСТ Н2018/5	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ	100	1,19	2,11	10,29	11,88	148,59	0,10	0,06	15,10		15,65	56,41	20,21	0,80
№347/ЕС ТН2018/3	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	100	1,54	18,37	12,04	15,40	243,65	0,06	0,10	0,15		31,09	109,13	18,04	1,51
№248/ЕС ТН2013/5	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	180	3,01	8,35	10,26	30,13	246,28	0,04	0,24	4,05	36,00	125,96	222,59	103,58	3,13
№484/ЕС ТН2018/5	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	1,89	0,16	0,16	18,89	77,64	0,01	0,01	4,00		6,85	4,40	3,60	0,93
№110/П2 013/изд.5	ХЛЕБ 2 КУС.	2кус/60	2,57	4,71	0,72	25,68	128,40	0,08	0,03			13,80	57,90	17,40	1,53
№665П20 13	БАНТИКИ С КОРИЦЕЙ	60	4,50	5,43	6,17	44,95	257,29	0,07	0,07	0,05	51,30	23,32	57,50	7,93	0,76

Итого по подменю: 139,00 14,70 39,13 39,64 146,93 1101,85 0,36 0,51 23,35 87,30 216,67 507,93 170,76 8,66

Зав. производ. /Шачкова Е.В./

Калькулятор /Наварич Т.С./