

"Утверждаю"

ООО "ЛеМаС"

"Согласовано"

МАОУ "Техно-школа имени В.П. Савиных" г. Перми

Директор /Лебедева М.С./

Директор /Каменев С.В./

Примерное меню (Сезон: Весенне - Летний)

ЛДП питание детей 12-18 лет /обед+полдник/

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма, руб
--------------------	------------------	------	------	------	---------	----	----------------------	---------------

Меню на 30.05.2024 года День 13

**Обед "Обжорка" 12-18 лет**

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)100Г	100,0	0,7	0,1	1,9	11,3	0,19	№145/ЕСТН2018/5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ)	250,0	5,7	4,3	21,9	149,3	2,19	№144/П2013/5
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100,0	18,3	19,0	15,7	306,7	1,57	№337/ЕСТН2018
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	180,0	10,4	8,6	46,9	306,4	4,69	№204/ЕСТН2018/5
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50,0	3,9	0,7	18,7	96,5	1,87	№109/П2013/5

**Итого по подменю: 930,0 43,0 33,2 153,3 1083,7 15,33**

**ПОЛДНИК**

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200,0	5,8	5,0	9,6	106,6	0,96	№467/ЕСТН2018/5
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60,0	5,7	5,4	34,8	210,4	3,48	№538/ЕСТН2018/5
СОК ПАКЕТИРОВАННЫЙ 1/200Г	200,0	1,0	0,2	20,2	86,6	2,02	№293/П2008

**Итого по подменю: 460,0 12,5 10,6 64,6 403,6 6,46**

Меню на 31.05.2024 года День 14

**Обед "Обжорка" 12-18 лет**

ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ	100,0	0,8	0,1	1,7	10,9	0,17	№146/ЕСТН2018
СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ"	255,0	1,8	6,0	9,0	96,8	0,90	№101/ЕСТН2018/5
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ, С МАСЛОМ	280,0	35,5	41,3	40,0	673,6	4,00	№332/ЕСТН2018/5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200,0	0,2	0,2	18,9	77,6	1,89	№484/ЕСТН2018/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50,0	3,9	0,7	18,7	96,5	1,87	№109/П2013/5

**Итого по подменю: 935,0 46,2 48,8 112,5 1072,9 11,25**

**ПОЛДНИК**

СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018
СЛОЙКА "СВЕРДЛОВСКАЯ"	50,0	4,0	6,8	28,9	192,7	2,89	№557/П2013/5
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ.	140,0	0,6	0,6	13,7	62,2	1,37	№79/ЕСТН2018

**Итого по подменю: 390,0 4,6 7,4 66,6 350,9 6,66**

Меню на 03.06.2024 года День 1

**Обед "Обжорка" 12-18 лет**

ИКРА КАБАЧКОВАЯ /ПРОМЫШЛЕННОГО	100,0	1,9	8,9	7,7	118,5	0,77	№148/ЕСТН2018
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО	255,0	2,0	0,9	13,0	68,4	1,30	№92/ЕСТН2018/5
КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100,0	17,9	16,3	6,4	244,3	0,64	№335/ЕСТН2018/5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200Г	200,0	7,6	7,4	48,1	289,1	4,81	№255/ЕСТН2018/5
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50,0	3,9	0,7	18,7	96,5	1,87	№109/П2013/5

**Итого по подменю: 955,0 37,3 34,7 142,1 1030,3 14,21**

**ПОЛДНИК**

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200,0	5,8	5,0	9,6	106,6	0,96	№467/ЕСТН2018/5
------------------	-------	-----	-----	-----	-------	------	-----------------



Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма, руб
ОБОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50,0	4,3	3,9	29,0	168,0	2,90	№542/ЕСТН2018	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ.	140,0	0,6	0,6	13,7	62,2	1,37	№79/ЕСТН2018	
<i>Итого по подменю:</i>	<b>390,0</b>	10,7	9,5	52,3	336,8	5,23		

### Меню на 04.06.2024 года День 2

#### Обед "Обжорка" 12-18 лет

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	100,0	1,8	10,1	9,9	138,3	0,99	№1/ЕСТН2018/5
РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ	100,0	15,7	6,9	7,4	155,3	0,74	№303/ЕСТН2018/5
СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ"	255,0	11,9	15,5	4,4	204,4	0,44	№108/ЕСТН2018/5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ 200Г	200,0	4,3	8,0	29,0	205,0	2,90	№374/ЕСТН2018/5
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200,0	0,7	0,3	24,6	103,8	2,46	№493/ЕСТН2018
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50,0	3,9	0,7	18,7	96,5	1,87	№109/П2013/5

*Итого по подменю:* **955,0** 42,3 42,0 118,2 1020,8 11,82

#### ПОЛДНИК

КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	100,0	5,0	3,2	3,5	62,8	0,35	№468/ЕСТН2018/5
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ.	75,0	3,8	6,8	37,6	226,9	3,76	№544/ЕСТН2018/5
СОК ПАКЕТИРОВАННЫЙ 1/200Г	200,0	1,0	0,2	20,2	86,6	2,02	№293/П2008

*Итого по подменю:* **375,0** 9,8 10,2 61,3 376,3 6,13

### Меню на 05.06.2024 года День 3

#### Обед "Обжорка" 12-18 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ	100,0	1,1	0,2	3,8	21,4	0,38	№145/ЕСТН2018/5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	250,0	2,9	3,0	20,8	121,2	2,08	№113/ЕСТН2018/5
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100,0	26,8	23,0	0,5	316,7	0,05	№439/Диет.сб.М2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	180,0	10,4	8,6	46,9	306,4	4,69	№204/ЕСТН2018/5
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5

*Итого по подменю:* **910,0** 47,5 35,7 131,4 1037,1 13,14

#### ПОЛДНИК

КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	200,0	0,1		21,7	87,2	2,17	№482/ЕСТН2018
ПЕЧЕНЬЕ	35,0	2,6	3,4	26,0	145,5	2,60	№590/П2013/изд.
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ.	140,0	0,6	0,6	13,7	62,2	1,37	№79/ЕСТН2018

*Итого по подменю:* **375,0** 3,3 4,0 61,4 294,9 6,14

### Меню на 06.06.2024 года День 4

#### Обед "Обжорка" 12-18 лет

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100,0	1,4	10,2	8,6	131,3	0,86	№47/ЕСТН2018
СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ"	255,0	1,8	6,0	9,0	96,8	0,90	№101/ЕСТН2018/5
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ"	100,0	16,4	14,9	11,8	246,6	1,18	№341/ЕСТН2018/3
РИС ОТВАРНОЙ.	180,0	4,6	6,5	47,6	267,2	4,76	№384/ЕСТН2018/5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200,0	0,6		29,7	121,3	2,97	№492/ЕСТН2018/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40,0	3,1	0,6	14,9	77,2	1,49	№109/П2013/5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5

*Итого по подменю:* **925,0** 31,9 38,7 145,8 1057,9 14,58

#### ПОЛДНИК

ЧАЙ КАРКАДЕ	200,0			15,0	60,3	1,50	№461/ЕСТН/2018/
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	60,0	6,1	5,9	35,1	218,0	3,51	№537/ЕСТН2018
СОК ПАКЕТИРОВАННЫЙ (ТОМАТНЫЙ БЕЗ САХАРА)	200,0	1,0	0,2	20,2	86,6	2,02	№293/П2008

*Итого по подменю:* **460,0** 7,1 6,1 70,3 364,9 7,03

### Меню на 07.06.2024 года День 5



Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма, руб
--------------------	------------------	------	------	------	---------	----	----------------------	---------------

#### Обед "Обжорка" 12-18 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)100Г	100,0	0,7	0,1	1,9	11,3	0,19	№145/ЕСТН2018/5	
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250,0	9,4	12,4	16,8	216,6	1,68	№120/ЕСТН2018/5	
ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ	100,0	19,3	5,8	10,2	170,2	1,02	№369/ЕСТН2018/5	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200Г	200,0	7,6	7,4	48,1	289,1	4,81	№255/ЕСТН2018/5	
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА, КУРАГИ, ИЗЮМА	200,0	1,0	0,2	32,6	135,8	3,26	№599/Диет.	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50,0	3,9	0,7	18,7	96,5	1,87	№109/П2013/5	

*Итого по подменю:* **950,0** 45,9 27,1 152,5 1037,0 15,25

#### ПОЛДНИК

СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018	
МАННИК	65,0	3,8	4,1	21,6	138,2	2,16	№547/ЕСТН2018	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ.	140,0	0,6	0,6	13,7	62,2	1,37	№79/ЕСТН2018	

*Итого по подменю:* **405,0** 4,4 4,7 59,3 296,4 5,93

### Меню на 10.06.2024 года День 6

#### Обед "Обжорка" 12-18 лет

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100,0	1,0	8,2	3,5	91,2	0,35	№18/ЕСТН2018/5	
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	255,0	2,3	1,1	17,5	89,5	1,75	№97/ЕСТН2018/5	
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ -"ЁЖИКИ" 100/50	150,0	17,0	21,8	17,7	334,7	1,77	№350/ЕСТН2018/3	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ.	180,0	5,8	7,5	35,1	231,2	3,51	№151/ЕСТН2018	
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200,0	0,3	0,2	20,2	84,1	2,02	№485/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40,0	3,1	0,6	14,9	77,2	1,49	№109/П2013/5	

*Итого по подменю:* **975,0** 33,5 39,9 133,1 1025,4 13,31

#### ПОЛДНИК

ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ	200,0			9,3	37,4	0,93	№616/П2013/5	
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180,0	36,2	7,2	43,0	381,3	4,30	№278/ЕСТН2018/5	

*Итого по подменю:* **380,0** 36,2 7,2 52,3 418,7 5,23

### Меню на 11.06.2024 года День 7

#### Обед "Обжорка" 12-18 лет

САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100,0	1,4	10,2	6,7	124,1	0,67	№2/ЕСТН2018	
СУП-КРЕМ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250,0	5,5	7,9	17,4	162,6	1,74	№131/Диет.сб.М2	
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	120,0	17,4	8,7	4,0	163,4	0,40	№364/ЕСТН2018/5	
РИС ОТВАРНОЙ 200Г	200,0	5,1	7,2	52,9	296,8	5,29	№384/ЕСТН2018/5	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50,0	3,9	0,7	18,7	96,5	1,87	№109/П2013/5	

*Итого по подменю:* **970,0** 37,3 35,2 147,9 1056,9 14,79

#### ПОЛДНИК

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200,0	5,8	5,0	9,6	106,6	0,96	№467/ЕСТН2018/5	
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ.	75,0	4,6	2,6	52,7	252,6	5,27	№527/ЕСТН2018	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ.	140,0	0,6	0,6	13,7	62,2	1,37	№79/ЕСТН2018	

*Итого по подменю:* **415,0** 11,0 8,2 76,0 421,4 7,60

### Меню на 13.06.2024 года День 8

#### Обед "Обжорка" 12-18 лет

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	100,0	0,7	10,1	2,0	101,6	0,20	№15/ЕСТН2018/5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-й ВАРИАНТ)	250,0	5,7	4,3	21,9	149,3	2,19	№144/П2013/5	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 280Г	280,0	29,9	29,9	26,0	492,5	2,60	№327/ЕСТН2018/5	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200,0	0,7	0,3	24,6	103,8	2,46	№493/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5	



Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма, руб
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40,0	3,1	0,6	14,9	77,2	1,49	№109/П2013/5	
<b>Итого по подменю:</b>	<b>920,0</b>	<b>44,1</b>	<b>45,7</b>	<b>113,6</b>	<b>1041,9</b>	<b>11,36</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>								
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	200,0	10,0	6,4	7,0	125,6	0,70	№468/ЕСТН2018/5	
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60,0	4,5	7,7	35,7	230,2	3,57	№539/ЕСТН2018	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ.	140,0	0,6	0,6	13,7	62,2	1,37	№79/ЕСТН2018	
<b>Итого по подменю:</b>	<b>400,0</b>	<b>15,1</b>	<b>14,7</b>	<b>56,4</b>	<b>418,0</b>	<b>5,64</b>		

### Меню на 14.06.2024 года День 9

#### **Обед "Обжорка" 12-18 лет**

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100,0	2,1	10,3	11,9	148,6	1,19	№42/ЕСТН2018/5	
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО	255,0	2,0	0,9	13,0	68,4	1,30	№92/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	100,0	18,4	12,0	15,4	243,7	1,54	№347/ЕСТН2018/3	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	180,0	10,4	8,6	46,9	306,4	4,69	№204/ЕСТН2018/5	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40,0	3,1	0,6	14,9	77,2	1,49	№109/П2013/5	
<b>Итого по подменю:</b>	<b>925,0</b>	<b>40,0</b>	<b>32,9</b>	<b>150,3</b>	<b>1057,8</b>	<b>15,03</b>		

#### **ПОЛДНИК**

ЧАЙ КАРКАДЕ	200,0			15,0	60,3	1,50	№461/ЕСТН/2018/	
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ	180,0	34,9	7,1	51,2	408,7	5,12	№285/ЕСТН2018/5	
<b>Итого по подменю:</b>	<b>380,0</b>	<b>34,9</b>	<b>7,1</b>	<b>66,2</b>	<b>469,0</b>	<b>6,62</b>		

### Меню на 17.06.2024 года День 10

#### **Обед "Обжорка" 12-18 лет**

САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ	100,0	1,5	6,1	4,5	79,0	0,45	№5/ЕСТН2018	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	250,0	2,9	3,0	20,8	121,2	2,08	№113/ЕСТН2018/5	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 280Г	280,0	26,1	17,8	50,9	467,8	5,09	№372/ЕСТН2018	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200,0	0,6		29,7	121,3	2,97	№492/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50,0	3,9	0,7	18,7	96,5	1,87	№109/П2013/5	
<b>Итого по подменю:</b>	<b>930,0</b>	<b>39,0</b>	<b>28,1</b>	<b>148,8</b>	<b>1003,3</b>	<b>14,88</b>		

#### **ПОЛДНИК**

ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ	200,0			9,3	37,4	0,93	№616/П2013/5	
ПРЯНИКИ 1ШТ	30,0	2,2	1,4	22,7	111,8	2,27	№589/п2013/5	
СОК ПАКЕТИРОВАННЫЙ 1/200Г	200,0	1,0	0,2	20,2	86,6	2,02	№293/П2008	
<b>Итого по подменю:</b>	<b>430,0</b>	<b>3,2</b>	<b>1,6</b>	<b>52,2</b>	<b>235,8</b>	<b>5,22</b>		

### Меню на 18.06.2024 года День 11

#### **Обед "Обжорка" 12-18 лет**

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ	100,0	1,1	0,2	3,8	21,4	0,38	№145/ЕСТН2018/5	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	255,0	2,0	6,0	11,3	107,6	1,13	№114/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ	100,0	17,5	25,9	15,0	362,8	1,50	№206/М2003/4	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200Г	200,0	7,6	7,4	48,1	289,1	4,81	№255/ЕСТН2018/5	
НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО	200,0			18,6	74,4	1,86	№506/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50,0	3,9	0,7	18,7	96,5	1,87	№109/П2013/5	
<b>Итого по подменю:</b>	<b>955,0</b>	<b>36,1</b>	<b>40,7</b>	<b>139,7</b>	<b>1069,3</b>	<b>13,97</b>		

#### **ПОЛДНИК**

КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	200,0	0,1		21,7	87,2	2,17	№482/ЕСТН2018	
ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ	50,0	4,2	4,1	26,0	158,0	2,60	№535/ЕСТН2018	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ.	140,0	0,6	0,6	13,7	62,2	1,37	№79/ЕСТН2018	

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма, руб
--------------------	------------------	------	------	------	---------	----	----------------------	---------------

*Итого по подменю:* **390,0** 4,9 4,7 61,4 307,4 6,14

### Меню на 19.06.2024 года День 12

#### **Обед "Обжорка" 12-18 лет**

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С ЯБЛОКАМИ	100,0	1,2	10,2	6,9	124,6	0,69	№3/ЕСТН2018/5
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250,0	9,4	12,4	16,8	216,6	1,68	№120/ЕСТН2018/5
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	150,0	9,7	10,9	10,0	176,7	1,00	№331/ЕСТН2018
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ.	180,0	3,9	7,2	26,1	184,5	2,61	№374/ЕСТН2018/5
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200,0	1,0	0,1	25,2	105,4	2,52	№491/ЕСТН2018
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50,0	3,9	0,7	18,7	96,5	1,87	№109/П2013/5

*Итого по подменю:* **980,0** 33,1 42,0 127,9 1021,8 12,79

#### **ПОЛДНИК**

СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018
ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С МЯСОМ	60,0	9,5	9,2	22,1	209,1	2,21	№529/ЕСТН2018
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ.	140,0	0,6	0,6	13,7	62,2	1,37	№79/ЕСТН2018

*Итого по подменю:* **400,0** 10,1 9,8 59,8 367,3 5,98

### Меню на 20.06.2024 года День 13

#### **Обед "Обжорка" 12-18 лет**

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)100Г	100,0	0,7	0,1	1,9	11,3	0,19	№145/ЕСТН2018/5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ)	250,0	5,7	4,3	21,9	149,3	2,19	№144/П2013/5
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100,0	18,3	19,0	15,7	306,7	1,57	№337/ЕСТН2018
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	180,0	10,4	8,6	46,9	306,4	4,69	№204/ЕСТН2018/5
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50,0	4,0	0,5	24,2	117,5	2,42	№108/П2013/5
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50,0	3,9	0,7	18,7	96,5	1,87	№109/П2013/5

*Итого по подменю:* **930,0** 43,0 33,2 153,3 1083,7 15,33

#### **ПОЛДНИК**

МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200,0	5,8	5,0	9,6	106,6	0,96	№467/ЕСТН2018/5
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60,0	5,7	5,4	34,8	210,4	3,48	№538/ЕСТН2018/5
СОК ПАКЕТИРОВАННЫЙ 1/200Г	200,0	1,0	0,2	20,2	86,6	2,02	№293/П2008

*Итого по подменю:* **460,0** 12,5 10,6 64,6 403,6 6,46

**Средние значения за период**

Наименование приема пищи / Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	Сумма объема блюд за один прием пищи, г
--	------	------	------	---------	---

**Обед "Обжорка" 12-18 лет**

Норма: 30-35 %    27,0 - 31,5    27,6 - 32,2    114,9 - 134,1    816,0 - 952,0    800,0

Факт: 38,5 %    39,9    37,2    137,9    1046,6    943,0

**Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,5**

**ПОЛДНИК**

Норма: 10-15 %    9,0 - 13,5    9,2 - 13,8    38,3 - 57,5    272,0 - 408,0    350,0

Факт: 13,4 %    12,0    7,7    61,7    364,3    407,3

**Б : Ж : У = 1 : 0,6 : 5,1**