

"Утверждаю"
ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"
МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор Догод /Голдобина Н.Ю./

Директор Чегурова Н.Т. /Филипович В.В./
Зам. директора Чегурова Н.Т.

Меню на 01.06.2022 года (День 3)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Правильный завтрак 7-11 лет (День 3,)																
№266/ЕС ТН2018/5	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1шт/40г	0,03	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03	0,18		100,00	22,00	76,80	4,80	1,00	
№229/ЕС ТН2018/5	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	3,73	7,34	6,61	37,30	237,99	0,16	0,20	0,90	20,00	147,03	201,65	39,22	1,91	
№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 1/40Г	1кус./ 40г.	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
№541/ЕС ТН2018/5	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	3,65	4,32	4,98	36,50	208,06	0,07	0,04	0,05	25,50	16,84	44,42	7,12	0,56	
			Итого по подменю:	10,37	19,97	16,60	103,67	644,28	0,32	0,44	3,83	145,50	198,25	359,25	65,20	4,34

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 3,)

№498/ЕС ТН2018	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,20	1,00	0,20	22,00	93,80	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
№79/ЕСТ Н2018	БАНАН СВЕЖИЙ 1ШТ	1/250	3,15	2,25	0,75	31,50	141,75	0,06	0,08	15,00		12,00	42,00	63,00	0,90
			Итого по подменю:	177,04	5,35	3,25	53,50	235,55	0,08	0,10	19,00	26,00	56,00	71,00	3,70

Зав. производ. Левченко Т.Н. /Левченко Т.Н./

Калькулятор Наварич Т.С.

"Утверждаю"
ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"
МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор Дрозд /Голдобина Н.Ю./

Директор Филипович В.В./
Навсариц Т.С./ Навсариц Т.С./

Меню на 02.06.2022 года (День 4)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Правильный завтрак 7-11 лет (День 4,)															
№47/ЕСТ Н2018	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ.	60	0,51	0,82	6,11	5,13	78,78	0,03	0,03	6,30		14,32	27,07	12,03	0,52
№341/ЕС ТН2018/3	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ".	90	1,06	14,78	13,37	10,58	221,91	0,07	0,16	0,82	22,50	31,20	158,67	20,76	2,19
№384/ЕС ТН2018/5	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,97	3,80	5,43	39,65	222,63	0,04	0,03		27,00	7,28	82,50	26,81	0,56
№652/Ди ет.сб./М2	ЧАЙ С ДЖЕМОМ	200/20	1,31	0,08		13,13	52,84			0,48		2,40	3,60	1,80	0,08
№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
			Итого по подменно:	9,42	24,19	25,63	94,17	704,56	0,22	0,25	7,60	49,50	329,74	78,80	4,88

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 4,)

№461/ЕС ТН/2018/	ЧАЙ КАРКАДЕ	200	1,50		0,01	15,04	60,25					0,45			0,05	
№537/ЕС ТН2018	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	60	3,51	6,11	5,90	35,11	218,00	0,13	0,11	8,35	28,10	49,10	92,72	20,22	0,96	
			Итого по подменно:	177,04	5,01	5,91	50,15	278,25	0,13	0,11	8,35	28,10	49,55	92,72	20,22	1,01

Зав. производ. С.И. /Левченко Т.Н./ Калькулятор Навсариц Т.С./

"Утверждаю"

ИП Голдобина Н.Ю.

Директор В.В. Дрозд /Голдобина Н.Ю./

"Согласовано"

МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор В.В. Филипович /Филипович В.В./
Н.С. Мещеряк /Мещеряк Н.С./

Меню на 03.06.2022 года (День 5)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Правильный завтрак 7-11 лет (День 5,)																
№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	
№369/ЕС ТН2018/5	ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ 90Г	90	0,92	17,32	5,51	9,18	155,86	0,04	0,05	0,21		34,33	36,86	9,07	0,37	
№255/ЕС ТН2018/5	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	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	
№461/ЕС ТН2018/5	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,00	3,48	2,86	20,01	120,12	0,04	0,16	0,90		129,52	110,72	25,20	0,67	
№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	
			Итого по подменю:	9,93	32,73	15,82	99,26	671,37	0,29	0,28	5,31	32,40	212,68	281,45	70,54	3,95

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 5,)

№498/ЕС ТН2018	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,20	1,00	0,20	22,00	93,80	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80	
№547/ЕС ТН2018/5	МАННИК.	80	2,65	4,62	5,05	26,53	170,05	0,05	0,12	0,21		51,63	69,52	9,46	0,59	
			Итого по подменю:	177,04	4,85	5,62	48,53	263,85	0,07	0,14	4,21	51,63	62,69	83,52	17,46	3,39

Зав. производ. С.А. Вяткина /Левченко Т.Н./

Калькулятор Н.С. Мещеряк /Наварич Т.С./

"Утверждаю"
ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"
МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор В.В. Голдобина /Голдобина Н.Ю./

Директор В.В. Филипович /Филипович В.В./
Н.С. Шуркова /Шуркова Н.С./

Меню на 06.06.2022 года (День 6)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Правильный завтрак 7-11 лет (День 6,)																
№62/ЕСТ Н2018	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (1-й ВАРИАНТ)	45	0,97	6,77	9,07	9,73	147,84	0,04	0,09	0,14	62,21	202,78	135,48	16,65	0,55	
№269/П2 013/5	КАША "ЯНТАРНАЯ".	200	3,95	8,43	11,40	39,50	294,51	0,23	0,22	3,11	40,00	174,30	216,68	53,72	1,69	
№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	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:	9,84	19,82	21,58	98,35	667,84	0,40	0,37	21,13	102,21	415,76	413,74	101,23	6,61

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 6,)

№616/П2 013/5	ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,93			9,30	37,22	0,15	0,17		0,06				
№555/П2 013/5	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 60Г	60	3,70	4,17	7,05	36,98	228,10	0,07	0,05		37,02	10,54	43,79	6,81	0,58
			Итого по подменю:	177,04	4,63	4,17	7,05	46,28	0,22	0,22	37,08	10,54	43,79	6,81	0,58

Зав. производ. С.А. Левченко /Левченко Т.Н./

Калькулятор Т.С. Наварич /Наварич Т.С./

"Утверждаю"
ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"
МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор В.Ю. Голдобина /Голдобина Н.Ю./

Директор Н.С. Чащурова /Филлипович В.В./

Меню на 07.06.2022 года (День 7)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Правильный завтрак 7-11 лет (День 7,)																
№21/ЕСТ Н2018	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ.	60	0,67	0,70	4,85	6,71	73,29	0,03	0,04	2,69		14,63	29,72	20,47	0,39	
№267/ЕС ТН2018/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	0,36	13,53	19,30	3,55	242,07	0,09	0,51	0,52	271,61	129,78	236,65	20,01	2,43	
№461/ЕС ТН/2018/	ЧАЙ КАРКАДЕ	200	1,50		0,01	15,04	60,25					0,45			0,05	
№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	
№590/П2 013/изд.	ПЕЧЕНЬЕ	1/35	2,60	2,63	3,43	26,04	145,53	0,03	0,02		3,50	10,15	31,50	7,00	0,74	
			Итого по подменю:	7,70	21,57	28,31	77,02	649,54	0,23	0,60	3,21	275,11	168,81	355,77	64,88	5,14

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 7,)

№467/ЕС ТН2018/5	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	0,96	5,80	5,00	9,60	106,60	0,08	0,30	1,80		252,00	190,00	30,00	0,20	
№527/ЕС ТН2018	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ.	75	5,27	4,64	2,58	52,70	252,57	0,08	0,04	0,90	12,13	14,13	48,40	10,26	0,71	
			Итого по подменю:	177,04	10,44	7,58	62,30	359,17	0,16	0,34	2,70	12,13	266,13	238,40	40,26	0,91

Зав. производ. С.Н. Левченко /Левченко Т.Н./

Калькулятор Н.С. Чащурова /Чащурова Н.С./

"Утверждаю"
ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"
МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор Дрозд /Голдобина Н.Ю./

Директор Филипович В.В./
Нач. отдела Ш. Исурова Н.С.

Меню на 08.06.2022 года (День 8)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Ca	P	Mg	Fe	
Правильный завтрак 7-11 лет (День 8,)																
№278/ЕС ТН2018/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	4,30	36,16	7,17	43,03	381,32	0,11	0,48	0,95	37,00	327,14	378,71	52,71	0,81	
№464/ЕС ТН2018/5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,19	3,02	2,50	21,89	122,14	0,04	0,15	0,90		126,45	95,00	15,00	0,15	
№108/П2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г.	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
№79/ЕСТ Н2018	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:				9,89	42,94	10,67	98,94	664,06	0,26	0,68	16,85	37,00	486,79	525,01	94,41	5,06

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 8,)

№468/ЕС ТН2018/5	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	200	0,70	10,00	6,40	7,00	125,60	0,08	0,40	1,20	40,00	244,00	192,00	30,00	0,20	
№539/ЕС ТН2018	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	3,57	4,50	7,73	35,66	230,20	0,07	0,04		40,25	11,01	40,81	6,61	0,57	
Итого по подменю:				4,27	14,50	14,13	42,66	355,80	0,15	0,44	1,20	80,25	255,01	232,81	36,61	0,77

Зав. производ. Левченко Т.Н./

Калькулятор Наварич Т.С./

Вяткина Я.А.

"Утверждаю"
ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"
МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор Дрозд /Голдобина Н.Ю./

Директор Иванова /Филипович В.В./
Иванова

Меню на 09.06.2022 года (День 9)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Ca	P	Mg	Fe
Правильный завтрак 7-11 лет (День 9,)															
№145/ЕС ТН2018/5	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	0,23	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
№347/ЕС ТН2018/3	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
№204/ЕС ТН2018/5	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,91	8,66	7,15	39,09	255,35		0,15	4,92	27,00	20,80	206,71	136,95	4,63
№459/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	2007	1,03	0,07	0,01	10,27	41,39			2,88		3,18	1,58	0,86	0,07
№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
Итого по подменю:			9,13	30,64	18,83	91,18	657,26	0,18	0,29	22,94	27,00	74,16	380,01	183,44	8,13

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 9,)

№461/ЕС ТН/2018/	ЧАЙ КАРКАДЕ	200	1,50		0,01	15,04	60,25					0,45			0,05
№538/ЕС ТН2018/5	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60	3,48	5,72	5,36	34,83	210,40	0,09	0,05		33,50	14,84	54,49	8,44	0,74
Итого по подменю:			177,04	4,98	5,72	49,87	270,65	0,09	0,05		33,50	15,29	54,49	8,44	0,79

Зав. производ. СН /Левченко Т.Н./

Калькулятор Иванов /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"

МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор Возг /Голдобина Н.Ю./

Директор Нат. Макарова /Филипович В.В./
Нат. Макарова /Макарова Н.Т./

Меню на 10.06.2022 года (День 10)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Правильный завтрак 7-11 лет (День 10,)																
№70/ЕСТ Н2018	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (1-Й ВАРИАНТ)	60	3,25	1,76	3,83	32,48	171,61	0,04	0,03	0,18	20,00	10,70	22,05	9,05	0,87	
№266/ЕС ТН2018/5	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1шт/40г	0,03	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03	0,18		100,00	22,00	76,80	4,80	1,00	
№232/ЕС ТН2018/5	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,76	5,88	5,80	27,57	186,01	0,16	0,14	0,76	15,00	117,63	150,69	37,42	0,93	
№461/ЕС ТН2018/5	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,00	3,48	2,86	20,01	120,12	0,04	0,16	0,90		129,52	110,72	25,20	0,67	
№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	
			Итого по подменю:	10,46	20,15	17,59	104,49	658,08	0,35	0,54	1,84	135,00	291,35	403,76	92,97	4,47

Итого по подменю:

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 10,)

№498/ЕС ТН2018	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,20	1,00	0,20	22,00	93,80	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
№589/п2 013/5	ПРЯНИКИ	1/50г	3,78	3,65	2,30	37,75	186,30	0,04	0,01			5,50	25,00	4,50	0,40
			Итого по подменю:	177,04	5,98	4,65	59,75	280,10	0,06	0,03	4,00	19,50	39,00	12,50	3,20

Итого по подменю:

Зав. производ. СМ

/Левченко Т.Н./

Калькулятор Нат. Макарова

Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ИП Голдобина Н.Ю.

Директор Дрозд /Голдобина Н.Ю./

"Согласовано"

МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор Иванова /Филлипович В.В./
Иванова /Иванова И.И./

Меню на 14.06.2022 года (День 11)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Правильный завтрак 7-11 лет (День 11,)																
№468/ЕС ТН2018/5	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	100	0,35	5,00	3,20	3,50	62,80	0,04	0,20	0,60	20,00	122,00	96,00	15,00	0,10	
№226/ЕС ТН2018/5	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	3,19	6,29	6,58	31,89	211,94	0,09	0,18	0,95	20,00	144,75	129,13	21,66	0,47	
№457/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,01			10,05	40,20					0,30			0,03	
№108/П2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./40г.	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
№540/ЕС ТН2018	БУЛОЧКА "ДОРЖНАЯ"	60	3,52	4,52	9,28	35,16	242,25	0,07	0,04		41,60	10,77	41,27	6,90	0,56	
Итого по подменю:				10,00	18,97	19,46	99,92	651,19	0,26	0,44	1,55	81,60	287,02	301,20	56,76	1,96

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 11,)

№506/ЕС ТН2018/5	НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	200	1,86			18,60	74,40	0,30	0,34		0,12					
№590/П2 013/изд.	ПЕЧЕНЬЕ.	1/20г	1,49	1,50	1,96	14,88	83,16	0,02	0,01		2,00	5,80	18,00	4,00	0,42	
№79/ЕСТ Н2018	БАНАН СВЕЖИЙ	1/220	2,77	1,98	0,66	27,72	124,74	0,05	0,07	13,20		10,56	36,96	55,44	0,79	
Итого по подменю:				177,04	3,48	2,62	61,20	282,30	0,37	0,42	13,20	2,12	16,36	54,96	59,44	1,21

Зав. производ. СН /Левченко Т.Н./

Калькулятор Иванова /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"

МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор Возг /Голдобина Н.Ю./Директор Нас.саидов /Филлипович В.В./
Чегурова Н.Т.

Меню на 15.06.2022 года (День 12)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Правильный завтрак 7-11 лет (День 12,)																
№3/ЕСТ Н2018/5	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С ЯБЛОКАМИ	100	0,69	1,23	10,22	6,92	124,57	0,03	0,03	30,86		36,09	23,38	13,33	1,29	
№331/ЕС ТН2018	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 90/50	90/50	0,94	8,78	9,96	9,36	162,15	0,05	0,09	24,57	20,80	33,28	102,46	21,32	1,53	
№374/ЕС ТН2018/5	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ.	180	2,61	3,88	7,15	26,13	184,46	0,19	0,16	30,59	32,40	53,79	116,63	39,11	1,43	
№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 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	
				7,84	18,67	28,06	78,36	640,97	0,35	0,31	88,90	53,20	140,14	301,95	92,02	5,85

Итого по подменю:

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 12,)

№498/ЕС ТН2018	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,20	1,00	0,20	22,00	93,80	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80		
№555/П2 013/5	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 60г	60	3,70	4,17	7,05	36,98	228,10	0,07	0,05		37,02	10,54	43,79	6,81	0,58		
Итого по подменю:				177,04	5,90	5,17	7,25	58,98	321,90	0,09	0,07	4,00	37,02	24,54	57,79	14,81	3,38

Зав. производ. СН

/Левченко Т.Н./

Сытченко А.А.Калькулятор Сидоров

Наварич Т.С./

"Утверждаю"
ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"
МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор Дрозд /Голдобина Н.Ю./

Директор Шуваев /Филлипович В.В./
Мещурова Н.Т.

Меню на 16.06.2022 года (День 13)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Правильный завтрак 7-11 лет (День 13,)																
№62/ЕСТ Н2018	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (2-й ВАРИАНТ)	30	0,73	3,91	6,52	7,31	103,71	0,03	0,06	0,07	42,05	107,55	75,45	10,20	0,38	
№231/ЕС ТН2018/5	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	200	2,98	7,25	8,48	29,75	224,38	0,19	0,21	1,06	20,00	169,73	215,37	57,65	1,28	
№616/П2 013/5	ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,93			9,30	37,22	0,15	0,17		0,06					
№108/П2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г.	1,45	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,02			6,90	26,10	9,90	0,60	
№589/п2 013/5	ПРЯНИКИ	1/50г	3,78	3,65	2,30	37,75	186,30	0,04	0,01			5,50	25,00	4,50	0,40	
Итого по подменю:				9,87	17,18	17,60	98,60	622,11	0,46	0,47	1,13	62,11	289,68	341,92	82,25	2,66

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 13,)

№498/ЕС ТН2018	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,20	1,00	0,20	22,00	93,80	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80	
№538/ЕС ТН2018/5	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60	3,48	5,72	5,36	34,83	210,40	0,09	0,05		33,50	14,84	54,49	8,44	0,74	
Итого по подменю:				177,04	5,68	6,72	56,83	304,20	0,11	0,07	4,00	33,50	28,84	68,49	16,44	3,54

Зав. производ. СН /Левченко Т.Н./
Вяткина Я.А.

Калькулятор Шуваев /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"

МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор Долг /Голдобина Н.Ю./

Директор Филиппович В.В./
Нач. пищевого цеха - Черуров Н.Г.

Меню на 17.06.2022 года (День 14)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Правильный завтрак 7-11 лет (День 14,)																
№266/ЕС ТН2018/5	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1шт/40г	0,03	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03	0,18		100,00	22,00	76,80	4,80	1,00	
№76/ЕСТ Н2018	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10г	0,01	0,08	7,25	0,13	66,09		0,01		40,00	2,40	3,00		0,02	
№233/ЕС ТН2018/5	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	3,33	5,60	6,88	33,27	217,40	0,07	0,20	1,06	20,00	156,15	160,07	33,16	0,48	
№457/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,01			10,05	40,20					0,30			0,03	
№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	БАНАН СВЕЖИЙ 1ШТ	1/250	3,15	2,25	0,75	31,50	141,75	0,06	0,08	15,00		12,00	42,00	63,00	0,90	
			Итого по подменю:	9,95	16,96	19,98	99,38	645,78	0,24	0,50	16,06	160,00	204,35	325,37	117,46	3,43

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 14,)

№498/ЕС ТН2018	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,20	1,00	0,20	22,00	93,80	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80	
№557/П2 013/5	СЛОЙКА "СВЕРДЛОВСКАЯ"	50	2,89	4,04	6,79	28,87	192,73	0,06	0,05	0,04	42,32	15,14	41,54	6,03	0,53	
			Итого по подменю:	177,04	5,04	6,99	50,87	286,53	0,08	0,07	4,04	42,32	29,14	55,54	14,03	3,33

Зав. производ. СН /Левченко Т.Н./

Калькулятор Мухомов /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ИП Голдобина Н.Ю.

Директор В.В. Дрозд /Голдобина Н.Ю./

"Согласовано"

МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор В.В. Филипович /Филипович В.В./
Нач. отдела №5 Черурова Н.И.

Меню на 20.06.2022 года (День 1)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Правильный завтрак 7-11 лет (День 1,)																
№148/ЕС ТН2018	ИКРА КАБАЧКОВАЯ /ПРОМЫШЛЕННОГО	60	0,46	1,14	5,34	4,62	71,10	0,01	0,03	4,20		24,60	22,20	9,00	0,42	
№335/ЕС ТН2018/5	КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 90Г	90	0,57	16,10	14,71	5,74	219,84	0,08	0,20	0,33	20,03	59,58	191,51	25,14	2,33	
№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	
№616/П2 013/5	ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,93			9,30	37,22	0,15	0,17		0,06					
№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	
			Итого по подменю:	8,13	27,61	26,33	81,38	673,40	0,41	0,46	4,53	47,09	118,67	319,92	60,26	5,18

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 1,)

№498/ЕС ТН2018	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,20	1,00	0,20	22,00	93,80	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80	
№542/ЕС ТН2018	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	2,90	4,26	5,40	28,95	181,46	0,07	0,03		15,90	9,45	38,44	6,36	0,53	
№79/ЕСТ Н2018	ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ.	140	1,37	0,56	0,56	13,72	62,16	0,04	0,03	14,00		22,40	15,40	12,60	3,08	
			Итого по подменю:	177,04	6,47	5,82	64,67	337,42	0,13	0,08	18,00	15,90	45,85	67,84	26,96	6,41

Зав. производ. С.А. Виттманн А.А. /Левченко Т.Н./

Калькулятор М.В. Наварич /Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ИП Голдобина Н.Ю.

Директор Возг /Голдобина Н.Ю./

"Согласовано"

МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор Жук /Филлипович В.В./
Черутова А.Т.

Меню на 21.06.2022 года (День 2)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Правильный завтрак 7-11 лет (День 2,)															
№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
№457/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,01			10,05	40,20					0,30			0,03
№108/П2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./30г.	1,45	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,02			6,90	26,10	9,90	0,60
№79/ЕСТ Н2018	БАНАН СВЕЖИЙ 1ШТ	1/250	3,15	2,25	0,75	31,50	141,75	0,06	0,08	15,00		12,00	42,00	63,00	0,90
			10,73	39,51	8,17	107,28	661,16	0,22	0,52	15,59	43,50	294,25	412,81	120,48	2,46

Итого по подменю:

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 2,)

№468/ЕС ТН2018/5	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	200	0,70	10,00	6,40	7,00	125,60	0,08	0,40	1,20	40,00	244,00	192,00	30,00	0,20
№544/ЕС ТН2018/5	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ.	75	4,52	4,52	8,18	45,16	272,33	0,07	0,05	0,06	41,63	19,78	45,19	7,20	0,59
Итого по подменю:			177,04	14,52	14,58	52,16	397,93	0,15	0,45	1,26	81,63	263,78	237,19	37,20	0,79

Итого по подменю:

Зав. производ.

/Левченко Т.Н./

Калькулятор Наварич Т.С./

СН Вяткина А.А.

"Утверждаю"

ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"

МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор Долг /Голдобина Н.Ю./

Директор Филиппович В.В./
Нат. Валерья Чууров Н.Т.

Меню на 22.06.2022 года (День 3)

Питание детей 7-11 лет в ЛДП (завтрак+второй завтрак)

N рец.	Наименование блюда	Выход	XE	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
Правильный завтрак 7-11 лет (День 3,)															
№145/ЕС ТН2018/5	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	0,23	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
№439/Ди ет.с6.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
№204/ЕС ТН2018/5	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,91	8,66	7,15	39,09	255,35		0,15	4,92	27,00	20,80	206,71	136,95	4,63
№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 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
			Итого по подменю:	7,79	38,24	28,74	77,78	723,04	0,24	0,40	26,45	78,48	491,42	193,36	8,49

ВТОРОЙ ЗАВТРАК (День 3,)

№498/ЕС ТН2018	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,20	1,00	0,20	22,00	93,80	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
№541/ЕС ТН2018/5	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	3,65	4,32	4,98	36,50	208,06	0,07	0,04	0,05	25,50	16,84	44,42	7,12	0,56
			Итого по подменю:	177,04	5,32	5,18	58,50	301,86	0,09	0,06	4,05	25,50	58,42	15,12	3,36

Зав. производ. СМ

/Левченко Т.Н./

Калькулятор Молод

Наварич Т.С./

Антонина А.А.