

"Утверждаю"
И.П.Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"
МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор Голдобина Н.Ю./

Директор Филиппович В.В./



ИДО 2-х разовое питание детей 12,18 лет

Меню на 03.06.2024 года (День 1)

ЗАВТРАК (12-18 лет) (День 1,)

№ п/п	№ рецепта	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				
№62/ЕСТ	Н2018/5	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	Н2018/5	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	200	2,48	7,25	8,48	24,76	204,42	0,19	0,21	1,06	20,00	169,58	215,37	57,65	1,27				
№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				
№616/П2	13/5	ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,93			9,34	37,37	0,15	0,17		0,06								
№589/п2	13/5	ПРЯНИКИ 75Г	75	5,66	5,48	3,45	56,63	279,45	0,06	0,02			8,25	37,50	6,75	0,60				

Итого по подменю:

ОБЕД (12-18 лет) (День 1,)

№ п/п	№ рецепта	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				
№148/ЕС	Н2018/5	ИКРА КАБАЧКОВАЯ /ПРОМЫШЛЕННОГО	100	0,77	1,90	8,90	7,70	118,50	0,02	0,05	7,00		41,00	37,00	15,00	0,70				
№92/ЕСТ	Н2018/5	СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,30	2,00	0,94	12,96	68,40	0,06	0,06	21,85	5,00	48,89	56,92	26,31	1,21				
№335/ЕС	Н2018/5	КНЕГЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	0,64	17,89	16,34	6,38	244,26	0,08	0,22	0,37	22,25	66,20	212,78	27,93	2,59				
№255/ЕС	Н2018/5	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200Г	200	4,81	7,55	7,41	48,06	289,12	0,12	0,04		36,00	27,59	64,41	11,63	1,21				
№501/ЕС	Н2018/3	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,40			24,00	96,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80				
№108/П2	13/5	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	13/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50	1,87	3,90	0,70	18,65	96,50	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55				

Итого по подменю:

245,00 14,21 37,19 34,79 141,90 1030,28 0,44 0,44 33,22 63,25 220,68 481,61 117,87 11,06

Зав. производ.



/Голдобин Д.А./

Калькулятор



Наварич Т.С./

"Утверждено"

ИПГ "Голдобина Н.Ю."



Директор *Голдобина Н.Ю.*

Меню на 03.06.2024 года (День 1)

Директор *Филипович В.В.*

"Согласовано"

МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

ДО 2-х разовое питание детей 7-11 лет

№ 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

ЗАВТРАК (7-11 лет) (День 1,)

№62/ЕСТ Н2018/5	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
№23/ЕСТ Н2018/5	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ.	200	2,48	7,25	8,48	24,76	204,42	0,19	0,21	1,06	20,00	169,58	215,37	57,65	1,27
№616/П2 13/5	ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,93			9,34	37,37	0,15	0,17		0,06				
№108/П2 13/5	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
№589/п2 13/5	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: 9,85 17,97 17,70 98,48 625,80 0,47 0,47 1,13 62,11 291,83 350,62 85,55 2,85

ОБЕД (7-11 лет) (День 1,)

№148/ЕСТ Н2018/5	ИКРА КАБАЧКОВАЯ /ПРОМЫШЛЕННОГО	100	0,77	1,90	8,90	7,70	118,50	0,02	0,05	7,00		41,00	37,00	15,00	0,70
№92/ЕСТ 2018/5	СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,30	2,00	0,94	12,96	68,40	0,06	0,06	21,85	5,00	48,89	56,92	26,31	1,21
№335/ЕСТ Н2018/5	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/ЕСТ Н2018/5	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
№501/ЕСТ Н2018/3	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,40			24,00	96,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
№109/П2 13/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./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 13/5	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

Итого по подменю: 235,00 12,42 32,30 32,04 124,16 914,85 0,38 0,39 33,18 57,43 204,40 424,00 105,62 9,85

Зав. производ. Голдобин Д.А.

Калькулятор Наварич Т.С.

"Утверждаю"

ИП Голдобина Н.Ю.



Директор Наталья Александровна Голдобина И.Ю.

Директор Владимир Владимирович Фидипович В.В.

"Согласовано"

МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Меню на 03.06.2024 года (День 1)

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

Обед "Обжорка" 12-18 лет (День 1,)

№ рецеп.	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				
№148/ЕС Н2018/5	ИКРА КАБАЧКОВАЯ /ПРОМЫШЛЕННОГО	100	0,77	1,90	8,90	7,70	118,50	0,02	0,05	7,00		41,00	37,00	15,00	0,70				
№92/ЕСТ Н2018/5	СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,30	2,00	0,94	12,96	68,40	0,06	0,06	21,85	5,00	48,89	56,92	26,31	1,21				
№335/ЕС Н2018/5	КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	0,64	17,89	16,34	6,38	244,26	0,08	0,22	0,37	22,25	66,20	212,78	27,93	2,59				
№255/ЕС Н2018/5	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 200Г	200	4,81	7,55	7,41	48,06	289,12	0,12	0,04		36,00	27,59	64,41	11,63	1,21				
№501/ЕС Н2018/3	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,40			24,00	96,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80				
№108/П2 Н2018/5	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 Н2018/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50	1,87	3,90	0,70	18,65	96,50	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55				

Итого по подменю:

14,21 37,19 34,79 141,90 1030,28 0,44 0,44 33,22 63,25 220,68 481,61 117,87 11,06

ПОЛДНИК (День 1,)

№467/ЕС Н2018/5	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
№542/ЕС Н2018/5	СДОВА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	2,90	4,26	3,90	28,95	167,98	0,07	0,03			15,90	10,64	38,65	6,43
№79/ЕСТ Н2018/5	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:

203,59 5,23 10,62 9,46 52,27 336,74 0,19 0,36 15,80 15,90 285,04 244,05 49,03 3,82

Заг. производ. Бася

/Голдобин Д.А./

Калькулятор

Мухоморова

Наварич Т.С./

"Утверждаю"

ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"

ТОО "Молодежный" в микрорайоне Молодежный
района г.Перми

Директор

Ирина

Голдобина Н.Ю.

Председатель

В.И.

Грудовой лагерь

Меню на 03.06.2024 года (День 1)

№ п/п

№148/ЕС
№2018/5

№92/ЕСТ
№2018/5

№335/ЕС
№2018/5

№255/ЕС
№2018/5

№501/ЕС
№2018/3

№109/П2
13/5

№108/П2
13/5

Итого по подменю:

Зае. производ.

Калькулятор

Наварич Т.С./

Обед (День 1,)

№ 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		
№148/ЕС №2018/5	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			
№92/ЕСТ №2018/5	СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,30	2,00	0,94	12,96	68,40	0,06	0,06	21,85	5,00	48,89	56,92	26,31	1,21		
№335/ЕС №2018/5	КНЕПЛИ 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 №2018/5	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		
№501/ЕС №2018/3	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,40			24,00	96,00	0,02	0,02	4,00	14,00	14,00	8,00	2,80			
№109/П2 13/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./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 13/5	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			
Итого по подменю:			162,50	10,90	29,61	27,27	109,04	800,58	0,34	0,37	30,38	52,03	181,56	390,84	94,57	9,19	

Зае. производ. *Тару* //

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