

"Утверждено"  
ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"  
МАОУ "Инженерная школа" г.Терми

Директор  Голдобина Н.Ю./

Директор  Филиппович В.В./

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

Меню на 07.06.2024 года (День 5)

Обед "Обжорка" 12-18 лет (День 5,)

№ рец.	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				
№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				
№120/ЕС Н2018/5	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	1,68	9,41	12,40	16,84	216,59	0,11	0,14	15,56	15,00	36,73	153,41	42,04	1,56				
№369/ЕС Н2018/5	ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУШЕННЫЕ	100	1,02	19,25	5,79	10,20	170,18	0,04	0,05	0,23		38,14	40,95	10,07	0,41				
№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				
№599/Ди ст.	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА, КУРАГИ, ИЗЮМА	200	3,26	1,00	0,17	32,56	135,76	0,02	0,04	0,88		33,25	34,33	28,92	1,00				
№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:

15,25 45,76 27,07 152,36 1036,95 0,46 0,34 23,67 51,00 175,71 419,60 135,66 7,23

ПОЛДНИК (День 5,)

№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
№547/ЕС Н2018/5	МАННИК	65	2,16	3,75	4,10	21,56	138,16	0,04	0,10	0,17	41,95	39,56	56,49	7,68	0,48
№79/ЕСТ 12018/5	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 5,93 4,31 4,66 59,28 296,32 0,10 0,15 18,17 41,95 75,96 85,89 28,28 6,36

Зае. произвед. \_\_\_\_\_ /Голдобин Д.А./

Калькулятор  Нававич Т.С./

"Утверждено"  
ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"  
МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор  /Голдобина Н.Ю./

Директор  /Филлипович В.В./

ДО 2-х разовое питание детей 7-11 лет

Меню на 07.06.2024 года (День 5)

**ЗАВТРАК (7-11 лет) (День 5,)**

№ 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
№76/ЕСТ №2018/5	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ).	5	0,01	0,04	3,63	0,07	33,05	0,01		20,00	1,20	1,50	0,01		
№233/ЕСТ №2018/5	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,50	4,20	5,16	24,96	163,05	0,05	0,15	0,80	15,00	117,11	120,05	24,87	0,36
№461/ЕСТ №2018/5	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 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	
№468/ЕСТ №2018/5	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
№542/ЕСТ №2018/5	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	2,90	4,26	3,90	28,95	167,98	0,07	0,03		15,90	10,64	38,65	6,43	0,54
Итого по подменю:			9,69	20,14	19,15	96,81	641,00	0,26	0,57	2,30	70,90	389,67	401,72	84,70	2,48

**ОБЕД (7-11 лет) (День 5,)**

№145/ЕСТ №2018/5	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		
№120/ЕСТ №2018/5	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	1,68	9,41	12,40	16,84	216,59	0,11	0,14	15,56	15,00	36,73	153,41	42,04	1,56	
№369/ЕСТ №2018/5	ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ 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/ЕСТ №2018/5	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	
№599/Ди ст.	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА, КУРАГИ, ИЗЮМА	200	3,26	1,00	0,17	32,56	135,76	0,02	0,04	0,88	33,25	34,33	28,92	1,00		
№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	13,35	40,45	25,63	133,48	927,10	0,39	0,30	20,85	47,40	155,44	367,17	119,60	6,04

Зав. производ. \_\_\_\_\_ //Голдобин Д.А./

Калькулятор

*Наварич* / Наварич Т.С./

"Утверждено"  
ИП Голдобина Н.Ю.

"Согласовано"  
МАОУ "Инженерная школа" г.Перми

Директор  Голдобина Н.Ю./

Директор  Филиппович В.В./

Меню на 07.06.2024 года (День 5)

ДО 2-х разовое питание детей 12-18 лет

№ п.р.	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 (12-18 лет) (День 5, )**

№76/ЕСТ 2018/5	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 Н2018/5	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
№461/ЕС Н2018/5	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 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
№468/ЕС Н2018/5	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
№542/ЕС Н2018/5	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	2,90	4,26	3,90	28,95	167,98	0,07	0,03		15,90	10,64	38,65	6,43	0,54

Итого по подменю:

11,01 22,37 24,59 110,01 751,89 0,30 0,63 2,56 95,90 432,21 451,94 96,29 2,81

**ОБЕД (12-18 лет) (День 5, )**

№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
№120/ЕС Н2018/5	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	1,68	9,41	12,40	16,84	216,59	0,11	0,14	15,56	15,00	36,73	153,41	42,04	1,56
№369/ЕС Н2018/5	ШНИЦЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ	100	1,02	19,25	5,79	10,20	170,18	0,04	0,05	0,23		38,14	40,95	10,07	0,41
№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
№599/Ди Т.	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА, КУРАГИ, ИЗЮМА	200	3,26	1,00	0,17	32,56	135,76	0,02	0,04	0,88		33,25	34,33	28,92	1,00
№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 15,25 45,76 27,07 152,36 1036,95 0,46 0,34 23,67 51,00 175,71 419,60 135,66 7,23

Заг. производ. \_\_\_\_\_ /Голдобин Д.А./

Калькулятор Наварич /Наварич Т.С./