

"Утверждаю"
ООО "Лемас"

"Согласовано"
МАОУ "СОШ № 42" г. Пермь

Директор  Лебедева М.С./

Директор  /Кутшова Н.С./

Меню на 13.09.2024 года (День 11)



Дополнительное питание детей 12-18 лет "Ланч"

| № 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 | | | | | |

Завтрак усиленный "Ланч" (День 11,)

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------|---------------------------|---------|------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|-------|------|--|
| №15/ЕСТ | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С | 100 | 0,20 | 0,74 | 10,09 | 1,97 | 101,64 | 0,03 | 0,03 | 9,46 | | | | | 27,15 | 28,62 | 13,93 | 0,44 | |
| №2018/5 | ЗЕЛеным луком | 100 | 1,91 | 18,25 | 8,13 | 19,08 | 222,81 | 0,06 | 0,06 | | | | | 25,00 | 20,08 | 50,26 | 10,82 | 0,89 | |
| №607/М | КОТЛета ДЕ-ВОЛяИ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОСКВА | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №204/ЕС | КАША ГРЕЧНЕВАЯ | 180 | 4,69 | 10,39 | 8,58 | 46,91 | 306,42 | | 0,17 | 5,90 | 32,40 | 24,96 | 248,06 | 164,34 | 5,56 | | | | |
| ТН2018/5 | РАССЫПЧАТАЯ. | 200 | 1,12 | 0,24 | 0,13 | 11,15 | 47,52 | 0,01 | 0,01 | 5,00 | | | | | 10,55 | 7,93 | 6,75 | 0,62 | |
| №54-5ХН | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| /М2022 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №110/П2 | 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 | |
| 013/изд.5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №537/ЕС | ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ 100Г | 100 | 5,85 | 10,19 | 9,83 | 58,51 | 363,33 | 0,22 | 0,19 | 13,91 | 46,83 | 81,83 | 154,53 | 33,71 | 1,60 | | | | |
| ТН2018/5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Итого по подменю: 200,00 16,34 44,52 37,48 163,30 1170,12 0,40 0,49 34,27 104,23 178,37 547,30 246,95 10,64

Зав. производ. _____ //

Калькулятор  Назарич Т.С./