

"Утверждено"  
ООО "Лемас"

"Согласовано"  
МАОУ СОШ № 42 г. Пермь  
ОКПО 484031000

Директор *Л. Лебедева М.С.*  
/Лебедева М.С./

Директор *Н.С. Кутидзева*  
/Кутидзева Н.С./

Дополнительное питание детей 12-18 лет "Ланч"

Меню на 20.09.2024 года (День 5)



Завтрак усиленный "Ланч" (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				
№18/ЕСТ	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	0,35	0,95	8,15	3,53	91,24	0,05	0,03	15,77		17,45	30,56	16,32	0,72				
№603/М	БИФШТЕКС "НЕЖНОСТЬ" ОСКАВА	100	0,97	20,12	17,63	9,74	278,33	0,04	0,03	26,00		18,80	28,77	7,74	0,60				
№374/ЕС	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ 100Г	100	1,45	2,16	3,97	14,52	102,48	0,11	0,09	17,00		18,00	29,88	64,79	21,73	0,79			
№156/ЕС	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ(СМЕСЬ ОВОЩНАЯ)	80	0,37	2,18	2,00	3,65	41,30	0,09	0,09	60,37		9,60	23,88	44,88	14,71	1,22			
№485/ЕС	КОМПЛОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	2,02	0,33	0,21	20,22	84,10	0,02	0,01	10,68		14,08	8,58	6,16	1,21				
№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				
№577/П2	ТВОРОЖНИКИ ПЕСОЧНЫЕ	50	2,22	6,52	6,60	22,20	174,28	0,05	0,08	0,04		45,65	29,56	59,68	7,90	0,46			
№13/5																			
Итого по подменю:		200,00	9,95	36,97	39,28	99,54	900,13	0,44	0,36	103,86		99,25	147,45	295,16	91,96	6,53			

Зав. производ. \_\_\_\_\_ //

Калькулятор *Наварич Т.С.*