

ПРИМЕРНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(Завтрак «Переменка, Обед «Обжорка»)

Сезон (весна-лето)

**Для организации питания детей
с диагнозом пищевой аллергии
(исключая блюда из молока и
молочкосодержащих продуктов)
12-18 лет**

"Утверждаю"

НП "Лидер"

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 2 г. Перми

Директор _____//

Директор _____//

Примерное меню (Сезон: Весенне - Летний)**Меню с диагнозом пищевая аллергия(молоко и м/с) 12-18 лет весна-лето**

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма руб
--------------------	------------------	------	------	------	---------	----	----------------------	--------------

День 1**Завтрак "Переменка" 12-18 лет**

ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	15,4	12,4	7,3	202,2	0,73	№410/ЕСТН2013/5	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (НА ВОДЕ) 180Г	180,0	5,7	7,5	25,7	192,8	2,57	№248/ЕСТН2013/5	
ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ	200,0			9,3	37,4	0,93	№616/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	1,47	№79/ЕСТН2018/5	

Итого по подменю: **690,0** 26,4 21,2 82,7 627,0 8,27

Обед "Обжорка" 12-18 лет

ИКРА КАБАЧКОВАЯ /ПРОМЫШЛЕННОГО	100,0	1,9	8,9	7,7	118,5	0,77	№148/ЕСТН2018/5	
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" 250Г.	250,0	1,9	0,2	12,8	60,3	1,28	№92/ЕСТН2018/5	
КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	16,7	15,9	4,4	227,1	0,44	№335/ЕСТН2018/5	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Р/МАСЛО).	180,0	6,7	8,9	43,2	279,5	4,32	№255/ЕСТН2018/5	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	

Итого по подменю: **890,0** 31,9 34,6 117,8 909,4 11,78

День 2**Завтрак "Переменка" 12-18 лет**

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)100Г	100,0	0,7	0,1	1,9	11,3	0,19	№145/ЕСТН2018/5	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (БЕЗ МОЛОКА)100Г	100,0	15,3	16,1	8,4	239,6	0,84	№405/Диет.сб.201	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (Р/МАСЛО).	180,0	6,0	6,1	36,5	224,7	3,65	№257/ЕСТН2018	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	

Итого по подменю: **640,0** 26,7 23,0 82,6 643,8 8,26

Обед "Обжорка" 12-18 лет

САЛАТ "ВЕСНА" 100Г	100,0	6,2	8,0	1,9	104,6	0,19	№33/П2013/5	
СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ" (Р/МАСЛО) 250Г	250,0	11,7	16,1	4,2	208,2	0,42	№108/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (МИНТАЙ БЕЗ	100,0	13,0	4,1	6,0	113,0	0,60	№307/ЕСТН2018	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ И ТОМАТОМ.	180,0	4,6	4,7	33,0	192,8	3,30	№170/ЕСТН2018	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200,0	0,7	0,3	24,6	103,8	2,46	№493/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	

Итого по подменю: **890,0** 40,9 33,9 95,4 850,4 9,54

День 3**Завтрак "Переменка" 12-18 лет**

ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40,0	5,1	4,6	0,3	62,8	0,03	№266/ЕСТН2018/5	
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100,0	1,6	8,1	3,3	92,3	0,33	№9/ЕСТН2018/5	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (БЕЗ	280,0	20,7	12,0	51,1	395,1	5,11	№352/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	207,0	0,1		10,3	41,4	1,03	№459/ЕСТН2018	

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма руб
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	687,0	32,2	25,4	90,7	719,6	9,07		
Обед "Обжорка" 12-18 лет								
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ)	100,0	1,1	0,2	3,8	21,4	0,38	№145/ЕСТН2018/5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	250,0	2,9	3,0	20,8	121,2	2,08	№113/ЕСТН2018/5	
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100,0	26,8	23,0	0,5	316,7	0,05	№439/Диет.сб.М2	
РИС ОТВАРНОЙ (Р/МАСЛО).	180,0	4,5	6,6	47,5	267,6	4,75	№384/ЕСТН2018/5	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200,0	1,0	0,1	25,2	105,4	2,52	№491/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
Итого по подменю:	890,0	41,0	33,6	123,5	960,3	12,35		
День 4								
Завтрак "Переменка" 12-18 лет								
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ)	100,0	0,8	0,1	1,7	10,9	0,17	№146/ЕСТН2018/5	
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)	100,0	25,6	8,5	0,6	181,3	0,06	№295/ЕСТН2018	
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-Й ВАРИАНТ НА Р/МАСЛЕ)	180,0	3,2	10,3	20,0	185,5	2,00	№175/ЕСТН2018	
ЧАЙ С ДЖЕМОМ	220,0	0,1		13,1	52,8	1,31	№652/Диет.сб./М2	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	660,0	34,4	19,6	61,1	558,5	6,11		
Обед "Обжорка" 12-18 лет								
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100,0	1,4	6,2	8,6	95,3	0,86	№47/ЕСТН2018/5	
СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ" 250Г	250,0	1,7	3,2	8,8	70,7	0,88	№101/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	16,1	14,6	11,2	240,1	1,12	№341/ЕСТН2018/3	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (НА ВОДЕ) 180Г	180,0	5,7	7,5	25,7	192,8	2,57	№248/ЕСТН2013/5	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200,0	0,6		29,7	121,3	2,97	№492/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
Итого по подменю:	890,0	30,2	32,2	109,7	848,2	10,97		
День 5								
Завтрак "Переменка" 12-18 лет								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100,0	1,1	6,2	3,6	74,3	0,36	№17/ЕСТН2018/5	
БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ (БЕЗ МОЛОКА).	100,0	18,5	5,5	9,0	159,3	0,90	№369/ЕСТН2018/5	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Р/МАСЛО).	180,0	6,7	8,9	43,2	279,5	4,32	№255/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	640,0	31,0	21,3	91,6	681,3	9,16		
Обед "Обжорка" 12-18 лет								
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)100Г	100,0	0,7	0,1	1,9	11,3	0,19	№145/ЕСТН2018/5	
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (Р/МАСЛО) 250Г	250,0	9,4	13,4	16,8	225,5	1,68	№120/ЕСТН2018/5	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 280Г	280,0	35,2	12,7	26,5	361,7	2,65	№373/ЕСТН2018	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№501/ЕСТН2018/3	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	40,0	3,2	0,4	19,3	93,5	1,93	№108/П2013/5	
Итого по подменю:	900,0	50,8	27,0	99,7	845,9	9,97		
День 7								
Завтрак "Переменка" 12-18 лет								
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ)	100,0	1,1	0,2	3,8	21,4	0,38	№145/ЕСТН2018/5	

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма руб
ЧИПОЛЛЕТТИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100,0	14,4	12,1	10,4	207,9	1,04	№555/МОСКВА	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Р/МАСЛО) 200Г	200,0	11,5	10,5	52,0	348,4	5,20	№204/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ КАРКАДЕ	200,0			10,1	40,3	1,01	№461/ЕСТН/2018/	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	

Итого по подменю: 660,0 31,7 23,5 102,0 746,0 10,20

Обед "Обжорка" 12-18 лет

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100,0	1,0	8,2	3,5	91,2	0,35	№18/ЕСТН2018/5	
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ" С	267,0	6,3	7,8	17,1	163,8	1,71	№97/ЕСТН2018	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (БЕЗ	280,0	20,7	12,0	51,1	395,1	5,11	№352/ЕСТН2018/5	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№501/ЕСТН2018/3	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	

Итого по подменю: 907,0 32,7 28,7 121,4 874,1 12,14

День 8

Завтрак "Переменка" 12-18 лет

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	100,0	1,1	10,2	5,9	120,0	0,59	№10/ЕСТН2018/5	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (Р/МАСЛО) 280Г	280,0	29,9	32,3	25,9	513,8	2,59	№327/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	

Итого по подменю: 640,0 35,7 43,2 67,6 802,0 6,76

Обед "Обжорка" 12-18 лет

ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ	100,0	0,8	0,1	1,7	10,9	0,17	№146/ЕСТН2018/5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (Р/МАСЛО)	250,0	5,7	5,7	21,9	161,2	2,19	№144/П2013/5	
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	17,6	18,4	14,6	294,3	1,46	№337/ЕСТН2018/5	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (Р/МАСЛО).	180,0	6,0	6,1	36,5	224,7	3,65	№257/ЕСТН2018	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200,0	0,7	0,3	24,6	103,8	2,46	№493/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	

Итого по подменю: 890,0 35,5 31,3 125,0 922,9 12,50

День 9

Завтрак "Переменка" 12-18 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)100Г	100,0	0,7	0,1	1,9	11,3	0,19	№145/ЕСТН2018/5	
ПТИЦА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ).	100,0	22,6	2,6	0,3	114,8	0,03	№363/ЕСТН2018	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Р/МАСЛО).	180,0	6,7	8,9	43,2	279,5	4,32	№255/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	207,0	0,1		10,3	41,4	1,03	№459/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	

Итого по подменю: 647,0 34,8 12,3 81,4 575,0 8,14

Обед "Обжорка" 12-18 лет

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100,0	2,1	10,3	11,9	148,6	1,19	№42/ЕСТН2018/5	
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" 250Г.	250,0	1,9	0,2	12,8	60,3	1,28	№92/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	17,9	11,6	14,6	234,4	1,46	№347/ЕСТН2018/3	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (НА ВОДЕ) 180Г	180,0	5,7	7,5	25,7	192,8	2,57	№248/ЕСТН2013/5	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200,0	0,2	0,2	18,9	77,6	1,89	№484/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	

Итого по подменю: 890,0 32,5 30,5 109,6 841,7 10,96

День 10

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	N блюда по сборн.	Сумма руб
Завтрак "Переменка" 12-18 лет								
КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	16,7	15,9	4,4	227,1	0,44	№335/ЕСТН2018/5	
ОВОЩИ ЗАПЕЧЁННЫЕ (ВАРИАНТ №2/1) 180Г	180,0	3,2	6,5	10,7	113,4	1,07	315/МОСКВА 2022	
ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ	200,0			9,3	37,4	0,93	№616/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ.	180,0	0,7	0,7	17,6	79,9	1,76	№79/ЕСТН2018/5	
Итого по подменю:	720,0	25,3	23,8	67,7	585,8	6,77		
Обед "Обжорка" 12-18 лет								
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40,0	5,1	4,6	0,3	62,8	0,03	№266/ЕСТН2018/5	
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100,0	1,6	8,1	3,3	92,3	0,33	№9/ЕСТН2018/5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	250,0	2,9	3,0	20,8	121,2	2,08	№113/ЕСТН2018/5	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 280Г	280,0	26,1	13,1	50,9	425,9	5,09	№372/ЕСТН2018	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200,0	0,6		29,7	121,3	2,97	№492/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	930,0	41,0	29,5	130,7	951,5	13,07		
День 11								
Завтрак "Переменка" 12-18 лет								
САЛАТ "ВЕСНА" 100Г	100,0	6,2	8,0	1,9	104,6	0,19	№33/П2013/5	
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	15,1	2,0	6,8	105,8	0,68	№347/П2013/5	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ И ТОМАТОМ.	180,0	4,6	4,7	33,0	192,8	3,30	№170/ЕСТН2018	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	640,0	30,6	15,4	77,5	571,4	7,75		
Обед "Обжорка" 12-18 лет								
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ	100,0	1,1	0,2	3,8	21,4	0,38	№145/ЕСТН2018/5	
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ" 250Г	250,0	2,2	0,4	17,3	81,4	1,73	№97/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (Р/МАСЛО) 100Г	100,0	14,0	21,2	10,3	287,9	1,03	№168/М2003	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ТОМАТОМ (Р/МАСЛО).	180,0	6,5	9,7	40,1	273,6	4,01	№256/ЕСТН2018/5	
НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО	200,0			18,6	74,4	1,86	№506/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
Итого по подменю:	890,0	28,5	32,2	115,8	866,7	11,58		

Средние значения за период

Наименование приема пищи / Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	Сумма об"ем: блюд за один прием пищи, л
Завтрак "Переменка" 12-18 лет					
Норма: 20-25 %	18,0 - 22,5	18,4 - 23,0	76,6 - 95,8	544,0 - 680,0	550,0
Факт: 23,9 %	30,8	22,9	80,4	651,1	662,4
<u>Б : Ж : У = 1 : 0,7 : 2,6</u>					
Обед "Обжорка" 12-18 лет					
Норма: 30-35 %	27,0 - 31,5	27,6 - 32,2	114,9 - 134,1	816,0 - 952,0	800,0
Факт: 32,6 %	36,5	31,3	114,8	887,1	896,7
<u>Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,1</u>					

"Утверждаю"

НП "Лидер"

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 2" г. Перми

Директор _____//

Директор _____//

Примерное меню (Сезон: Весенне - Летний)

Меню с диагнозом пищевая аллергия(молоко и м/с) 12-18 лет весна-лето

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма руб
--------------------	------------------	------	------	------	---------	----	----------------------	--------------

День 1

Завтрак "Переменка" 12-18 лет

ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	15,4	12,4	7,3	202,2	0,73	№410/ЕСТН2013/5	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (НА ВОДЕ) 180Г	180,0	5,7	7,5	25,7	192,8	2,57	№248/ЕСТН2013/5	
ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАСНЫЕ	200,0			9,3	37,4	0,93	№616/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	150,0	0,6	0,6	14,7	66,6	1,47	№79/ЕСТН2018/5	
Итого по подменю:	690,0	26,4	21,2	82,7	627,0	8,27		

День 2

Завтрак "Переменка" 12-18 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)100Г	100,0	0,7	0,1	1,9	11,3	0,19	№145/ЕСТН2018/5	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (БЕЗ МОЛОКА)100Г	100,0	15,3	16,1	8,4	239,6	0,84	№405/Диет.сб.201	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (Р/МАСЛО).	180,0	6,0	6,1	36,5	224,7	3,65	№257/ЕСТН2018	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	640,0	26,7	23,0	82,6	643,8	8,26		

День 3

Завтрак "Переменка" 12-18 лет

ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40,0	5,1	4,6	0,3	62,8	0,03	№266/ЕСТН2018/5	
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100,0	1,6	8,1	3,3	92,3	0,33	№9/ЕСТН2018/5	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (БЕЗ	280,0	20,7	12,0	51,1	395,1	5,11	№352/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	207,0	0,1		10,3	41,4	1,03	№459/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	687,0	32,2	25,4	90,7	719,6	9,07		

День 4

Завтрак "Переменка" 12-18 лет

ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ	100,0	0,8	0,1	1,7	10,9	0,17	№146/ЕСТН2018/5	
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ ГОРБУШИ)	100,0	25,6	8,5	0,6	181,3	0,06	№295/ЕСТН2018	
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й ВАРИАНТ НА Р/МАСЛЕ)	180,0	3,2	10,3	20,0	185,5	2,00	№175/ЕСТН2018	
ЧАЙ С ДЖЕМОМ	220,0	0,1		13,1	52,8	1,31	№652/Диет.сб./М2	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	660,0	34,4	19,6	61,1	558,5	6,11		

День 5

Завтрак "Переменка" 12-18 лет

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100,0	1,1	6,2	3,6	74,3	0,36	№17/ЕСТН2018/5	
БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ (БЕЗ МОЛОКА).	100,0	18,5	5,5	9,0	159,3	0,90	№369/ЕСТН2018/5	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Р/МАСЛО).	180,0	6,7	8,9	43,2	279,5	4,32	№255/ЕСТН2018/5	

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	N блюда по сборн.	Сумма руб
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	640,0	31,0	21,3	91,6	681,3	9,16		

День 7

Завтрак "Переменка" 12-18 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ	100,0	1,1	0,2	3,8	21,4	0,38	№145/ЕСТН2018/5	
ЧИПОЛЛЕТТИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100,0	14,4	12,1	10,4	207,9	1,04	№555/МОСКВА	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Р/МАСЛО) 200Г	200,0	11,5	10,5	52,0	348,4	5,20	№204/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ КАРКАДЕ	200,0			10,1	40,3	1,01	№461/ЕСТН/2018/	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	660,0	31,7	23,5	102,0	746,0	10,20		

День 8

Завтрак "Переменка" 12-18 лет

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	100,0	1,1	10,2	5,9	120,0	0,59	№10/ЕСТН2018/5	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (Р/МАСЛО) 280Г	280,0	29,9	32,3	25,9	513,8	2,59	№327/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	640,0	35,7	43,2	67,6	802,0	6,76		

День 9

Завтрак "Переменка" 12-18 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)100Г	100,0	0,7	0,1	1,9	11,3	0,19	№145/ЕСТН2018/5	
ПТИЦА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ).	100,0	22,6	2,6	0,3	114,8	0,03	№363/ЕСТН2018	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Р/МАСЛО).	180,0	6,7	8,9	43,2	279,5	4,32	№255/ЕСТН2018/5	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	207,0	0,1		10,3	41,4	1,03	№459/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	647,0	34,8	12,3	81,4	575,0	8,14		

День 10

Завтрак "Переменка" 12-18 лет

КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	16,7	15,9	4,4	227,1	0,44	№335/ЕСТН2018/5	
ОВОЩИ ЗАПЕЧЁННЫЕ (ВАРИАНТ №2/1) 180Г	180,0	3,2	6,5	10,7	113,4	1,07	315/МОСКВА 2022	
ЧАЙ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ	200,0			9,3	37,4	0,93	№616/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ФРУКТ СВЕЖИЙ.	180,0	0,7	0,7	17,6	79,9	1,76	№79/ЕСТН2018/5	
Итого по подменю:	720,0	25,3	23,8	67,7	585,8	6,77		

День 11

Завтрак "Переменка" 12-18 лет

САЛАТ "ВЕСНА" 100Г	100,0	6,2	8,0	1,9	104,6	0,19	№33/П2013/5	
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	15,1	2,0	6,8	105,8	0,68	№347/П2013/5	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ И ТОМАТОМ.	180,0	4,6	4,7	33,0	192,8	3,30	№170/ЕСТН2018	
ЧАЙ С САХАРОМ	200,0			10,1	40,2	1,01	№458/ЕСТН2018/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	640,0	30,6	15,4	77,5	571,4	7,75		

Средние значения за период

Наименование приема пищи / Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	Сумма объема блюд за один прием пищи,г
Завтрак "Переменка" 12-18 лет					
Норма: 20-25 %	18,0 - 22,5	18,4 - 23,0	76,6 - 95,8	544,0 - 680,0	550,0
Факт: 23,9 %	30,8	22,9	80,4	651,1	662,4
<u>Б : Ж : У = 1 : 0,7 : 2,6</u>					

"Утверждаю"

НП "Лидер"

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 2" г. Перми

Директор _____//

Директор _____//

Примерное меню (Сезон: Весенне - Летний)

Меню с диагнозом пищевая аллергия(молоко и м/с) 12-18 лет весна-лето

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма, руб
--------------------	------------------	------	------	------	---------	----	----------------------	---------------

День 1

Обед "Обжорка" 12-18 лет

ИКРА КАБАЧКОВАЯ /ПРОМЫШЛЕННОГО	100,0	1,9	8,9	7,7	118,5	0,77	№148/ЕСТН2018/5	
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" 250Г.	250,0	1,9	0,2	12,8	60,3	1,28	№92/ЕСТН2018/5	
КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	16,7	15,9	4,4	227,1	0,44	№335/ЕСТН2018/5	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (Р/МАСЛО).	180,0	6,7	8,9	43,2	279,5	4,32	№255/ЕСТН2018/5	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№498/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	

Итого по подменю: 890,0 31,9 34,6 117,8 909,4 11,78

День 2

Обед "Обжорка" 12-18 лет

САЛАТ "ВЕСНА" 100Г	100,0	6,2	8,0	1,9	104,6	0,19	№33/П2013/5	
СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ" (Р/МАСЛО) 250Г	250,0	11,7	16,1	4,2	208,2	0,42	№108/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (МИНТАЙ БЕЗ	100,0	13,0	4,1	6,0	113,0	0,60	№307/ЕСТН2018	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ И ТОМАТОМ.	180,0	4,6	4,7	33,0	192,8	3,30	№170/ЕСТН2018	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200,0	0,7	0,3	24,6	103,8	2,46	№493/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	

Итого по подменю: 890,0 40,9 33,9 95,4 850,4 9,54

День 3

Обед "Обжорка" 12-18 лет

ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ	100,0	1,1	0,2	3,8	21,4	0,38	№145/ЕСТН2018/5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	250,0	2,9	3,0	20,8	121,2	2,08	№113/ЕСТН2018/5	
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100,0	26,8	23,0	0,5	316,7	0,05	№439/Диет.сб.М2	
РИС ОТВАРНОЙ (Р/МАСЛО).	180,0	4,5	6,6	47,5	267,6	4,75	№384/ЕСТН2018/5	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200,0	1,0	0,1	25,2	105,4	2,52	№491/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	

Итого по подменю: 890,0 41,0 33,6 123,5 960,3 12,35

День 4

Обед "Обжорка" 12-18 лет

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100,0	1,4	6,2	8,6	95,3	0,86	№47/ЕСТН2018/5	
СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ" 250Г	250,0	1,7	3,2	8,8	70,7	0,88	№101/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	16,1	14,6	11,2	240,1	1,12	№341/ЕСТН2018/3	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (НА ВОДЕ) 180Г	180,0	5,7	7,5	25,7	192,8	2,57	№248/ЕСТН2013/5	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200,0	0,6		29,7	121,3	2,97	№492/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	

Итого по подменю: 890,0 30,2 32,2 109,7 848,2 10,97

День 5

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма, руб
Обед "Обжорка" 12-18 лет								
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ)100Г	100,0	0,7	0,1	1,9	11,3	0,19	№145/ЕСТН2018/5	
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (Р/МАСЛО) 250Г	250,0	9,4	13,4	16,8	225,5	1,68	№120/ЕСТН2018/5	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 280Г	280,0	35,2	12,7	26,5	361,7	2,65	№373/ЕСТН2018	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№501/ЕСТН2018/3	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	40,0	3,2	0,4	19,3	93,5	1,93	№108/П2013/5	
Итого по подменю:	900,0	50,8	27,0	99,7	845,9	9,97		

День 7

Обед "Обжорка" 12-18 лет								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100,0	1,0	8,2	3,5	91,2	0,35	№18/ЕСТН2018/5	
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ" С	267,0	6,3	7,8	17,1	163,8	1,71	№97/ЕСТН2018	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (БЕЗ	280,0	20,7	12,0	51,1	395,1	5,11	№352/ЕСТН2018/5	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,0			24,0	96,0	2,40	№501/ЕСТН2018/3	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	907,0	32,7	28,7	121,4	874,1	12,14		

День 8

Обед "Обжорка" 12-18 лет								
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ	100,0	0,8	0,1	1,7	10,9	0,17	№146/ЕСТН2018/5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (Р/МАСЛО)	250,0	5,7	5,7	21,9	161,2	2,19	№144/П2013/5	
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	17,6	18,4	14,6	294,3	1,46	№337/ЕСТН2018/5	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (Р/МАСЛО).	180,0	6,0	6,1	36,5	224,7	3,65	№257/ЕСТН2018	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200,0	0,7	0,3	24,6	103,8	2,46	№493/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
Итого по подменю:	890,0	35,5	31,3	125,0	922,9	12,50		

День 9

Обед "Обжорка" 12-18 лет								
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100,0	2,1	10,3	11,9	148,6	1,19	№42/ЕСТН2018/5	
СУП "БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" 250Г.	250,0	1,9	0,2	12,8	60,3	1,28	№92/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" (БЕЗ МОЛОКА) 100Г	100,0	17,9	11,6	14,6	234,4	1,46	№347/ЕСТН2018/3	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (НА ВОДЕ) 180Г	180,0	5,7	7,5	25,7	192,8	2,57	№248/ЕСТН2013/5	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200,0	0,2	0,2	18,9	77,6	1,89	№484/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
Итого по подменю:	890,0	32,5	30,5	109,6	841,7	10,96		

День 10

Обед "Обжорка" 12-18 лет								
ЯЙЦО ВАРЕНое	40,0	5,1	4,6	0,3	62,8	0,03	№266/ЕСТН2018/5	
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100,0	1,6	8,1	3,3	92,3	0,33	№9/ЕСТН2018/5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	250,0	2,9	3,0	20,8	121,2	2,08	№113/ЕСТН2018/5	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 280Г	280,0	26,1	13,1	50,9	425,9	5,09	№372/ЕСТН2018	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200,0	0,6		29,7	121,3	2,97	№492/ЕСТН2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
Итого по подменю:	930,0	41,0	29,5	130,7	951,5	13,07		

День 11

Обед "Обжорка" 12-18 лет

Наименование блюда	Выход, г (мл)	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	ХЕ	№ блюда по сборн.	Сумма, руб
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ	100,0	1,1	0,2	3,8	21,4	0,38	№145/ЕСТН2018/5	
СУП "РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ" 250Г	250,0	2,2	0,4	17,3	81,4	1,73	№97/ЕСТН2018/5	
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (Р/МАСЛО) 100Г	100,0	14,0	21,2	10,3	287,9	1,03	№168/М2003	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ТОМАТОМ (Р/МАСЛО).	180,0	6,5	9,7	40,1	273,6	4,01	№256/ЕСТН2018/5	
НАПИТОК "ВИТОШКА" ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО	200,0			18,6	74,4	1,86	№506/ЕСТН2018	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,0	2,3	0,4	11,2	57,9	1,12	№109/П2013/5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	30,0	2,4	0,3	14,5	70,1	1,45	№108/П2013/5	
Итого по подменю:	890,0	28,5	32,2	115,8	866,7	11,58		

Средние значения за период

Наименование приема пищи / Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	Сумма об"ема блюдов за один прием пищи,г
---	------	------	------	---------	--

Обед "Обжорка" 12-18 лет

Норма: 30-35 % 27,0 - 31,5 27,6 - 32,2 114,9 - 134,1 816,0 - 952,0 800,0

Факт: 32,6 % 36,5 31,3 114,8 887,1 896,7

Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,1