



## МЕНЮ

День: **первый**

сезон: весна - лето

Возрастная категория: Учащиеся с 12 лет и старше

Рацион: обед

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№ тех. Карты	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	C, мг
<b>Обед</b>														
148/Пермь, 2018	Свежие помидоры порционно	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	30,30	0,51	0,10	0,00	0,03	3,50
123/Пермь, 2018	Суп картофельный с рыб. Консервами	250	8,75	11,40	13,50	191,50	31,20	34,70	153,00	1,13	0,20	15,00	0,09	7,95
256/Пермь, 2018	Макаронные изделия отварные ( гарнир)	180	6,66	0,54	35,50	228,42	16,50	10,70	54,50	1,29	1,00	41,20	0,06	0,00
367/Пермь, 2018	Птица в соусе томатном	100	13,60	14,40	2,40	193,60	22,40	16,00	64,00	1,14	0,56	92,56	0,03	0,80
486/Пермь, 2001	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,31	0,20	14,20	60,00	13,5	5,9	8	1,2	0,1	0	0,02	3,3
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	3,08	0,44	19,16	94,40	9,20	0,15	1,92	0,84	0,00	0,00	0,06	0,00
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	3,32	0,60	16,70	86,89	17,50	16,00	1,92	1,95	0,00	0,00	0,06	0,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>920,00</b>	<b>36,42</b>	<b>27,68</b>	<b>103,36</b>	<b>865,81</b>	<b>128,10</b>	<b>97,55</b>	<b>313,64</b>	<b>8,06</b>	<b>1,96</b>	<b>148,76</b>	<b>0,35</b>	<b>15,55</b>

## МЕНЮ

День: **второй**

сезон: весна - лето

Возрастная категория: Учащиеся с 12 лет и старше

Рацион:обед

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	C, мг		
<b>Обед</b>																
148/Пермь, 2018	Свежие огурцы (порционно)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	18,00	14,00	30,20	0,51	0,10	0,00	0,03	3,50		
95/Пермь, 2018	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,93	5,43	7,32	85,93	40,88	25,68	52,88	1,22	2,40	0,00	0,05	7,48		
328/Пермь, 2021	Жаркое по домашнему	200	18,80	14,30	25,80	307,00	31,00	54,00	209,00	3,36	0,60	24,00	0,18	209,00		
253/Пермь, 2001	Компот из плодов или ягод сушёных вит. с аск. кис-той	200	0,33	0,00	22,66	91,98	16,40	4,30	10,70	0,90	0,10	0,00	0,00	0,10		
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00	17,50	16,00	1,92	1,95	0,00	0,00	0,15	0,00		
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	3,85	0,48	16,77	94,40	9,20	0,15	1,92	0,84	0,00	0,00	0,00	0,00		
	<b>Итого за прием</b>	<b>840,00</b>	<b>28,25</b>	<b>20,75</b>	<b>90,85</b>	<b>674,31</b>	<b>132,98</b>	<b>114,13</b>	<b>306,62</b>	<b>8,78</b>	<b>3,20</b>	<b>24,00</b>	<b>0,41</b>	<b>220,08</b>		

## МЕНЮ

День: **третий**

сезон: весна - лето

Возрастная категория: Учащиеся с 12 лет и старше

Рацион: обед

Обед: льготники, ОБЗ, родительская плата

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	C, мг
<b>Обед</b>														
148/Пермь, 2018	Свежие помидоры (порционно)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	30,30	0,51	0,10	0,00	0,03	3,50
130/Пермь, 2018	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,70	2,60	16,80	100,75	22,90	24,30	66,50	1,09	1,40	1,70	0,10	7,80
202/Пермь, 2018	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,53	7,92	46,62	299,88	19,98	166,32	246,00	5,60	0,70	28,80	0,25	0,00
372/Пермь, 2018	Котлета из мяса кур	100	15,43	9,56	8,86	183,00	40,00	18,80	98,00	1,40	0,58	58,40	0,08	0,85
419	Соус томатный	30	0,33	0,98	1,37	15,69	2,59	2,30	5,01	0,12	0,06	6,00	0,00	0,47
261/Пермь, 2001	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	18,30	78,00	11,90	3,20	3,20	0,61	0,80	0,00	0,01	80,00
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,40	84,00	17,50	16,00	1,92	1,95	0,00	0,00	0,15	0,00
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	3,85	0,48	16,77	94,40	9,20	0,15	1,92	0,84	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием</b>		<b>950</b>	<b>36,55</b>	<b>21,40</b>	<b>127,02</b>	<b>866,72</b>	<b>141,87</b>	<b>245,17</b>	<b>452,85</b>	<b>12,12</b>	<b>3,64</b>	<b>94,90</b>	<b>0,62</b>	<b>92,62</b>

## МЕНЮ

День: **четверг**

сезон: весна - лето

Возрастная категория: Учащиеся с 12 лет и старше

Район: обел

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
							Ca	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	C, мг		
<b>Обед</b>																
157/Пермь, 2018 31/2	Кукуруза консервированная (промыш.)	100	3,00	3,80	5,30	67,00	19,10	18,90	57,10	0,64	0,25	19,00	0,08	2,00		
Екатеринбург г. 2015	Суп - пюре гороховый	250	6,60	2,20	18,10	118,00	19,10	8,60	19,00	9,60	0,00	0,00	0,05	11,90		
377	Картофельное пюре	180	3,78	7,20	10,98	122,40	36	46	198	3,6	0,1	0	0,01	9		
зн	Котлета "Пермская" в томатном соусе	100/30	15,00	13,00	4,00	118,00	457	19	146	2	0	7	0	0		
504/Пермь, 2018	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	24,00	95,00	16,4	4,3	10,7	0,9	0,1	0	0	0		
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	2,64	0,44	16,40	84,00	9,20	0,15	1,92	0,84	0,00	0,00	0,00	0,00		
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	1,98	0,33	12,30	63,00	17,50	16,00	1,92	1,95	0,00	12,87	0,00	0,00		
	<b>Итого за прием</b>	<b>920</b>	<b>33,00</b>	<b>26,97</b>	<b>91,08</b>	<b>667,40</b>	<b>574,30</b>	<b>112,95</b>	<b>434,64</b>	<b>19,38</b>	<b>0,90</b>	<b>38,87</b>	<b>0,18</b>	<b>22,93</b>		

## МЕНЮ

День: **пятый**

сезон: **весна - лето**

Возрастная категория: **учащиеся с 12 лет и старше**

Рацион: **обед**

Обед: **льготники, ОВЗ, родительская плата**

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	B2, мг	C, мг
<b>Обед</b>															
148/Пермь, 2018	Свежие помидоры (порционно)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	30,30	0,51	0,10	0,00	0,03	0,00	3,5
115/Пермь, 2018	Суп картофельный с крупой	250	2,23	2,73	13,43	87,25	26,8	25,5	67,3	0,96	0,22	20	0,1	0,07	8
347	Котлета "Школьная" в томатном соусе	100/30	15,01	11,98	14,37	226,70	51,6	23,3	134	2,12	1,47	29	0,14	0	0,47
256	Макаронные изделия отварные	180	6,66	0,54	35,48	228,42	26	38	143	9	3	36	0,2	6	0
253/Пермь, 2001	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,33	0,00	22,66	91,88	3,40	1,70	2,10	0,46	0,04	0,00	0,01	0,60	0,2
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	2,64	0,44	16,40	70,80	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	3,85	0,48	16,77	94,40	17,5	16	1,92	1,95	0	0	0,15	0,06	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>950</b>	<b>31,42</b>	<b>16,27</b>	<b>121,01</b>	<b>810,45</b>	<b>152,30</b>	<b>118,75</b>	<b>380,54</b>	<b>15,84</b>	<b>4,83</b>	<b>85,00</b>	<b>0,63</b>	<b>6,79</b>	<b>12,17</b>

## МЕНЮ

День: **шестой**

сезон: весна - лето

Возрастная категория: Учащиеся с 12 лет и старше

Рацион: обед

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Безвж, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	B2, мг	C, мг
<b>Обед</b>															
148/Пермь, 2018	Свежие огурцы порционно	100	0,70	0,10	1,90	11,00	18	14	30,2	0,51	0,1	0	0,03	0,02	3,5
37/Пермь, 2001	Суп картофельный с бобовыми запеканка картофельная,	250	2,34	3,89	13,61	98,79	23,1	29,1	72,4	1,06	1,33	0	0,11	0	7,8
334	фаршированная отварным мясом (свинина или говядина)	250	21,00	17,00	17,00	305,00	30	44	222	3,44	1,12	26,08	0,25	11	0
495	Компот из сухофруктов с аскорбиновой кислотой	200	0,60	0,10	20,10	84,00	20,1	14,4	19,2	0,69	0,4	0	0,01	0	0,2
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	2,64	0,44	16,40	70,80	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	3,85	0,48	16,77	94,40	17,5	16	1,92	1,95	0	0	0,15	0,06	0
<b>Итого за прием</b>		<b>890</b>	<b>31,13</b>	<b>22,01</b>	<b>85,78</b>	<b>663,99</b>	<b>117,90</b>	<b>117,65</b>	<b>347,64</b>	<b>8,49</b>	<b>2,95</b>	<b>26,08</b>	<b>0,55</b>	<b>11,14</b>	<b>11,50</b>

## МЕНЮ

сезон: весна - лето

День: сельской

Возрастная категория: Учащиеся с 12 лет и старше

**Ранний:обед**

Обед: льготники, ОБЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	Е, мг	А, мкг	В1, мг	С, мг
<b>Обед</b>														
148/Пермь, 2018	Свежие помидоры порционно	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	30,30	0,51	0,10	0,00	0,03	0,00
101	Рассольник домашний со сметаной	250/5	1,95	5,08	13,45	107,25	28,7	38	146,3	2,27	1,45	7,1	0,14	0,09
385	Рис отварной (гарнир)	180	4,52	6,52	1,49	14,76	3,3	21,9	70,6	0,32	0,32	30,8	0,03	0,02
73/Пермь, 2021	Коглета "Нежная"	100	18,60	12,40	6,30	212,00	215	37	230	2	1	85	0	1
254/Пермь, 2018	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,00	14,99	60,64	20,1	14,4	19,2	0,69	0,4	0	0,01	0
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	2,64	0,44	16,40	70,80	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	3,85	0,48	16,77	94,40	17,5	16	1,92	1,95	0	0	0,15	0,06
	<b>Итого за прием</b>	<b>950</b>	<b>32,42</b>	<b>25,02</b>	<b>71,30</b>	<b>570,85</b>	<b>311,60</b>	<b>141,55</b>	<b>500,24</b>	<b>8,13</b>	<b>3,17</b>	<b>122,90</b>	<b>0,50</b>	<b>0,93</b>



## МЕНЮ

День: **восемью**

сезон: весна - лето

Возрастная категория: Учащиеся с 12 лет и старше

Рацион: обед

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины						
							Ca	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	B2, мг	C, мг			
<b>Обед</b>																		
157/Пермь, 2018	Зеленый горошек консер.(пром.)	100	3,13	3,70	5,30	67,00	19,1	18,9	57,1	0,7	0,25	19	0,08	0,05	2			
130/Пермь, 2018	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,60	2,53	16,45	99,00	21,5	20,15	56,5	0,97	1,4	2,13	0,09	5,45	7,8			
377/Пермь, 2018	Картофельное пюре	100	2,10	4,00	6,10	68,00	25,5	16,4	51,5	51,5	0,7	28,8	0,25	0	14,2			
380/Пермь, 2018	Капуста тушёная	100	2,20	3,40	8,10	72,00	60,1	22,9	44,3	0,88	0,2	15	0,16	2	0			
350/Пермь, 2018	Тефтели из говядины с рисом в томатном соусе	100/30	10,00	10,00	7,00	170,00	12	15	108	1,78	1,4	0	0,13	0	0			
495	Компот из сухофруктов с аскорбиновой кислотой	200	0,60	0,10	20,10	84,00	20,1	14,4	19,2	0,69	0,4	0	0,01	0	0,2			
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	2,64	0,44	16,40	70,80	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0			
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	3,85	0,48	16,77	94,40	17,5	16	1,92	1,95	0	0	0,15	0,06	0			
<b>Итого за прием</b>		<b>940</b>	<b>27,12</b>	<b>24,65</b>	<b>96,22</b>	<b>725,20</b>	<b>185,00</b>	<b>123,90</b>	<b>340</b>	<b>59,3</b>	<b>4,35</b>	<b>64,9</b>	<b>0,87</b>	<b>7,62</b>	<b>24,2</b>			

## МЕНЮ

сезон: весна - лето

Рацион: обед

День: девятый

Возрастная категория: Учащиеся с 12 лет и старше

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белка, г	Жиры, г	Углевода, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	C, мг
<b>Обед</b>														
148	Свежие помидоры порционно	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	30,30	0,51	0,10	0,00	0,03	3,50
128	Суп - лапша домашняя	250	10,00	15,40	44,50	357,00	80	34	142	2,07	1,6	130	0,13	0
375	Плов из мяса кур	250	25,00	21,25	31,25	416,25	20,6	13,3	68	1,6	1,25	51,5	0,075	0,07
497	Напиток клюквенный	200	0,10	0,04	9,90	41,00	3	2,9	2	0,15	0,2	0	0,01	0
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	2,64	0,44	16,40	70,80	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	3,85	0,48	16,77	94,40	17,5	16	1,92	1,95	0	0	0,15	0,06
<b>Итого за прием</b>		<b>890</b>	<b>42,29</b>	<b>37,71</b>	<b>120,72</b>	<b>990,45</b>	<b>148,10</b>	<b>80,45</b>	<b>246,14</b>	<b>7,12</b>	<b>3,15</b>	<b>181,50</b>	<b>0,40</b>	<b>3,69</b>

## МЕНЮ

сезон: весна - лето

День: десятый  
Возрастная категория: с 12 лет и старше

Рацион: обед

Обед льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭН, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	Е, мг	А, мг	В1, мг	С, мг
<b>Обед</b>														
148	Свежие огурцы порционно	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	30,30	0,51	0,10	0,00	0,03	3,50
95	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,80	4,43	7,15	75,63	126,9	37,2	125	1,57	2,8	160	0,05	9,13
334	Занежанка картофельная, фаршированная отварным мясом (свинина, или гов.)	200	21,00	17,00	17,00	305,00	30	44	222	3,44	1,12	26,08	0,25	11
251	Компот из свежих фруктов	200	0,48	0,25	26,81	110,96	7	4	7	1,4	0,1	0	0,01	0
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	2,64	0,44	16,40	70,80	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	3,85	0,48	16,77	94,40	17,5	16	1,92	1,95	0	0	0,15	0,06
<b>Итого за прием</b>		<b>840</b>	<b>30,47</b>	<b>22,70</b>	<b>86,03</b>	<b>667,79</b>	<b>208,40</b>	<b>115,45</b>	<b>388,14</b>	<b>9,71</b>	<b>4,12</b>	<b>186,08</b>	<b>0,49</b>	<b>23,75</b>

## МЕНЮ

День **отзывацать**

Возрастная категория: учащиеся с 12 лет и старше

сезон: весна - лето

Обед льготники, ОВЗ, родительская плата

Раппон:обед

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Са	Mg	P	Fe	Е, мг	А, мкг	В1, мг	В2, мг	С, мг
<b>Обед</b>															
148	Свежие помидоры порционно	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	30,30	0,51	0,10	0,00	0,03	0,00	3,5
100	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	4,40	25,10	16,60	126,80	100,8	32,2	119,6	1	2,75	160	0,13	0	7,25
256	Макаронные изделия отварные	180	6,66	0,54	35,50	228,40	16,5	10,7	54,5	1,29	1	41,2	0,06	0,06	0
310	Шницель рыбный натуральный	100	14,70	2,70	10,70	125,30	66,7	36	212	1	1	20	0	0	3
501	Сок в ассортименте	200	0,50	0,10	10,10	43,00	7	4	7	1,4	0,1	0	0,01	0	2
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	2,64	0,44	16,40	70,80	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	3,85	0,48	16,77	94,40	17,5	16	1,92	1,95	0	0	0,15	0,06	0
<b>Итого за прием</b>		<b>920/5</b>	<b>33,45</b>	<b>29,46</b>	<b>107,97</b>	<b>699,70</b>	<b>235,5</b>	<b>113</b>	<b>427,24</b>	<b>7,99</b>	<b>4,95</b>	<b>221</b>	<b>0,38</b>	<b>0,18</b>	<b>15,75</b>

## МЕНЮ

День: двенадцатый

сезон: весна - лето

Возрастная категория: Учащиеся с 12 лет и старше

Рацион: обед

Обед, льготники, ОБЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	Е, мг	А, мкг	В1, мг	В2, мг	С, мг
<b>Обед</b>															
157	Кукуруза консервированная (промыш.)	100	3,00	3,80	5,30	67,00	19,1	18,9	57,1	0,64	0,25	19	0,08	0,08	2
132	Суп-пюре из картофеля с гречками	250/10	6,43	6,13	26,63	187,23	101	32,2	119,6	1	2,75	160	0,11	0	7,25
385	Рис отварной (гарнир)	180	4,52	6,52	1,49	14,76	3,3	21,9	70,6	0,32	0,32	30,8	0,03	0,02	0
2018	Тефтели паровые из мяса говядины в томатном соусе	100/30	13,00	10,00	7,00	170,00	60,1	22,9	44,3	0,88	0,3	17,1	0,03	0	14,2
495	Компот из сухофруктов с аскорбиновой кислотой	200	0,60	0,10	20,10	84,00	20,1	14,4	19,2	0,69	0,4	0	0,01	0	0,2
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	2,64	0,44	16,40	70,80	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	3,85	0,48	16,77	94,40	17,5	16	1,92	1,95	0	0	0,15	0,06	0
<b>Итого за день</b>		<b>960</b>	<b>34,04</b>	<b>27,47</b>	<b>93,69</b>	<b>688,19</b>	<b>230</b>	<b>126,5</b>	<b>314,64</b>	<b>6,32</b>	<b>4,02</b>	<b>226,9</b>	<b>0,41</b>	<b>0,22</b>	<b>23,65</b>

## МЕНЮ

День: **тринадцатый**

Сезон: Осеня - лето

Возрастная категория: Учащиеся с 12 лет и старше

Рацион: **обед**

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Са	Мg	P	Fe	Е, мг	А, мкг	В1, мг	В2, мг	С, мг
<b>Обед</b>															
148	Свежие огурцы порционн	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,80	14,10	30,30	0,51	0,10	0,00	0,03	0,00	3,5
98	Свекольник со сметаной	250/5	9,30	18,90	41,30	373,00	147	113	245	6	10	0	0	0	32
202	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,53	7,92	46,62	299,88	20	166	246	6	1	29	0	0	0
бурж. 2003	Котлета Детская с соусом томатным	100/30	15,00	8,77	10,35	180,00	44	19	121	2	1	26	0	0	0
504/Пе рмб. 2018	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	24,00	95,00	16,4	4,3	10,7	0,9	0,1	0	0	0	20
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	2,64	0,44	16,40	70,80	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	3,85	0,48	16,77	94,40	17,5	16	1,92	1,95	0	0	0,15	0,06	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>920</b>	<b>42,02</b>	<b>36,61</b>	<b>157,34</b>	<b>1124,08</b>	<b>271,98</b>	<b>332,77</b>	<b>656,44</b>	<b>17,39</b>	<b>11,70</b>	<b>55,14</b>	<b>0,80</b>	<b>0,12</b>	<b>55,10</b>

## МЕНЮ

День: **четырнадцатый**

сезон: весна - лето

Возрастная категория: Учащиеся с 12 лет и старше

Рацион: обед

Обед: льготники, ОВЗ, родительская плата

№ тех. карты	Наименование блюда	Выход порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Ca	Mg	P	Fe	E, мг	A, мкг	B1, мг	C, мг
157/Пермь, 2018	Зеленый горошек консер.(пром.)	100	3,13	3,70	5,30	67,00	19,1	18,9	57,1	0,7	0,25	19	0,08	0,05
104	Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	6,43	6,13	26,60	187,23	126,00	41,00	155,00	1,00	0,00	38,00	0,00	0,00
377	Картофельное пюре	180	3,78	7,20	10,98	122,40	36	46	198	3,6	0,1	0	0,01	9
300	Рыба запеченная в омлете	120	17,70	4,40	4,60	129,00	60,00	27,00	206,00	1,26	1,60	92,00	0,08	0,60
402/Пермь, 2018	Молочный соус	30	1,10	2,52	2,07	35,37	34,18	4,20	25,70	0,07	0,06	14,82	0,01	0,20
253/Пермь, 2001	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,33	0,00	22,66	91,88	3,40	1,70	2,10	0,46	0,04	0,00	0,01	0,60
Смак	Хлеб пшеничный витаминный	50	2,64	0,44	16,40	70,80	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06
Смак	Хлеб "Дарницкий"	40	3,85	0,48	16,77	94,40	17,5	16	1,92	1,95	0	0	0,15	0,06
	<b>Итого за прием</b>	<b>970</b>	<b>38,96</b>	<b>24,87</b>	<b>105,38</b>	<b>798,08</b>	<b>305,38</b>	<b>154,95</b>	<b>647,74</b>	<b>9,88</b>	<b>2,05</b>	<b>163,82</b>	<b>0,34</b>	<b>10,57</b>