



# МЕНЮ

День: первый

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Рацион: обед

№	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>														
6/1 Екат-г 2015	Помидоры свежие	100	1,10	0,20	3,80	20,00	8,5	4,6	13,3	0,2	0,05	0	0,02	0	12,5
Г23 Пермь 2018	Суп с рыбными консервами	250	8,75	11,40	13,50	191,50	31,2	34,7	153	1,13	0,2	15	0,09	0,09	7,95
204 Пермь 2001	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	16,5	10,7	54,5	1,29	1	41,2	0,06	0,06	0
54-23м Роспотре б-р	Биточек из курицы	100	19,20	4,26	13,46	168,50	26,6	57	144	1,6	0,9	6,3	0,1	0,08	1
507 Пермь 2001	Напиток с витаминами Витошка	200	0,01	19	80	16,4	4,3	3	0,9	0,1	120	0,3	0,34	20	0,6
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	1,5	0,07	0
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>890</b>	<b>39,97</b>	<b>31,12</b>	<b>179,82</b>	<b>783,51</b>	<b>110</b>	<b>122</b>	<b>369</b>	<b>6,66</b>	<b>122</b>	<b>62,8</b>	<b>2,11</b>	<b>20,4</b>	<b>22,1</b>

## МЕНЮ

День: второй

Сезон:осень-зима

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Рацион: 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
	Обед														
4/1 Екат-г 2015	Огурцы свежие	100	0,80	0,10	2,50	13,30	18	14	53,5	0,5	1,5	0	0,03	0,02	3,5
27 Пермь 2001	Борщ с капустой и картофелем	250	1,90	6,66	10,81	111,11	126,9	37,2	125	1,57	2,8	160	0,05	0,04	9,13
Пермь 2018	Жаркое по домашнему	230	20,00	16,00	24,00	320,00	15,44	38,56	155,2	1,52	2,08	0	0,05	0	0,77
54-9хн Роспот реб-р	Компот из облепихи	200	0,20	1,00	7,40	39,00	4	5,2	1,6	0,26	0,4	0	0	0,01	16
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	30	1,5	0,07	0
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>840</b>	<b>27,19</b>	<b>24,38</b>	<b>71,38</b>	<b>617,21</b>	<b>187,04</b>	<b>107,11</b>	<b>338,65</b>	<b>6,19</b>	<b>6,78</b>	<b>160,00</b>	<b>1,63</b>	<b>0,20</b>	<b>29,40</b>

## МЕНЮ

День: третий

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Сезон:осень-зима

№	Наименование блюда	Выход, 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>																
6/1 Екат-г 2015	Помидоры свежие	100	0,66	1,10	0,20	3,80	20,00	8,5	4,6	13,3	0,2	0,05	0	0,02	0	
33 Пермь 2001	Рассольник домашний	250	5,03	11,30	32,38	149,60	111,50	33,50	121,30	1,18	2,75	160,00	0,13	0,11	10,18	
196 Пермь 2001	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,64	7,24	60,00	351,74	115,6	110,2	221,2	3,4	0,44	38,2	0,19	0	6,6	
347 Пермь 2001	Котлета школьная	100	15,00	11,00	13,00	211,00	44,1	18,9	120,6	1,8	1,3	26,1	0,13	0	0	
9/1 Екат-г 2015	Соус томатный	30	0,27	1,16	1,53	17,64	2,59	2,30	5,01	0,12	0,06	6,00	0,00	0,00	0,47	
262 Пермь 2001	Напиток из брусники	200	0,11	0,00	21,07	84,69	3,40	1,70	2,10	0,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,60	
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	1,5	0,07	0	
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>920</b>	<b>37,00</b>	<b>32,42</b>	<b>154,85</b>	<b>952,27</b>	<b>319,89</b>	<b>187,25</b>	<b>478,16</b>	<b>22,60</b>	<b>4,79</b>	<b>192,15</b>	<b>1,96</b>	<b>0,26</b>	<b>17,85</b>	

## МЕНЮ

День : четвёртый

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Рацион: обед

№	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>															
4/1 Екат-г 2015	Огурцы свежие	100	0,80	0,10	2,50	13,30	18	14	53,5	0,5	1,5	0	0,03	0,02	3,5
49 Пермь 2001	Суп-пюре из картофеля с гречками	250/10	3,38	5,15	21,06	144,14	28,7	38	146,3	2,27	1,45	7,1	0,14	0,09	10,5
Пермь 2001	Рис отварной	180	4,67	6,10	51,93	270,21	8,64	31,86	97,01	0	0,32	28,8	0,04	0,04	0
54-9р Роспотреб-р	Рыба, запеченная в сметанном соусе	100	18,90	22,00	5,50	295,80	110	46	226	0,78	1,26	56,3	0,09	0,12	0,27
253 Пермь 2001	Компот из плодов и ягод сушеных	200	0,56	0,00	27,89	113,79	20,1	14,4	19,2	0,7	0,4	0	0,01	0	0,2
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	1,5	0,07	0
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>900</b>	<b>32,60</b>	<b>33,97</b>	<b>135,55</b>	<b>971,04</b>	<b>208,14</b>	<b>156,41</b>	<b>545,36</b>	<b>6,59</b>	<b>4,93</b>	<b>92,20</b>	<b>1,81</b>	<b>0,40</b>	<b>14,47</b>

## МЕНЮ

День: пятый

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Рацион: обед

№	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>															
1/1 Екат-г 2015	Зелёный горошек	100	1,85	2,25	5,10	43,20	121	27,6	147	1,23	37	0,5	0,1	0	9,8
58 Пермь 2001	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,09	6,33	10,64	107,83	123	28	103	1	2,8	160	0,13	0,11	12,3
3/3 Екат-г 2015	Картофельное пюре	180	3,08	4,22	20,64	133,00	7,9	5	9,1	0,87	0,02	0	0	0	10,74
54-5м Роспотреб-р	Котлета из курицы	100	19,20	4,20	13,40	168,60	23	49	110	1,05		4,75	0,06	0,07	0,5
256 Пермь 2001	Компот из яблок с лимоном	200	0,25	0,25	25,35	104,07	20,1	14,4	19,2	0,69	0,4	0	0,01	0	0,2
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	1,5	0,07	0
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>890</b>	<b>30,76</b>	<b>17,87</b>	<b>101,80</b>	<b>690,50</b>	<b>317,70</b>	<b>136,15</b>	<b>391,65</b>	<b>7,18</b>	<b>####</b>	<b>165,25</b>	<b>1,80</b>	<b>0,31</b>	<b>33,54</b>

## МЕНЮ

День: шестой

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Рацион :обед

№	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>															
6/1 Екат-г 2015	Помидоры свежие	100	0,66	1,10	0,20	3,80	20,00	8,5	4,6	13,3	0,2	0,05	0	0,02	0
34 Пермь 2001	Рассольник ленинградский	250	5,03	11,30	32,38	149,60	100,8	32,2	119,6	1	2,75	160	0,11	0	7,25
204 Пермь 2001	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	16,5	10,7	54,5	1,29	1	41,2	0,06	0,06	0
373 Пермь 2018	Котлета "Нежная"	100	18,9	13,1	7,2	223	58,2	46,5	164,4	0,4	0,8	31,2	0,08		2,2
501 Пермь 2018	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 "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	1,5	0,07	0
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>890</b>	<b>36,00</b>	<b>32,57</b>	<b>118,94</b>	<b>806,51</b>	<b>225,20</b>	<b>114,05</b>	<b>353,45</b>	<b>19,7</b>	<b>4,85</b>	<b>232,45</b>	<b>1,76</b>	<b>0,21</b>	<b>11,45</b>

## МЕНЮ

День: седьмой

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Рацион: обед

№	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>															
4/1 Екат-г 2015	Огурцы свежие	100	0,80	0,10	2,50	13,30	18	14	53,5	0,5	1,5	0	0,03	0,02	3,5
43 Пермь 2001	Суп крестьянский с крупой	250	2,31	7,74	15,43	140,59	23,10	29,10	72,40	1,06	1,33	0,00	0,11	0,00	7,80
167 Пермь 2001	Картофельная запеканка с мясом	250	31,91	30,98	23,04	500,90	12	54	201,2	1,44					
504 Пермь 2018	Кисель с витаминами Витошка	200	0,00	0,00	24,00	95,00	0	0	0	0	2	130	0	0	20
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	1,5	0,07	0
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>860</b>	<b>54,58</b>	<b>55,60</b>	<b>105,17</b>	<b>1144,2</b>	<b>127,39</b>	<b>130,55</b>	<b>337,01</b>	<b>7,87</b>	<b>6,63</b>	<b>183,00</b>	<b>2,07</b>	<b>0,49</b>	<b>31,77</b>

## МЕНЮ

День: восьмой

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Сезон: осень-зима

Рацион :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>														
6/1 Екат-г 2015	Помидоры свежие	100	0,66	1,10	0,20	3,80	20,00	8,5	4,6	13,3	0,2	0,05	0	0,02	0
27 Пермь 2001	Борщ с капустой и картофелем	250	1,90	6,66	10,81	111,11	126,9	37,2	125	1,57	2,8	160	0,05	0,04	9,13
Пермь 2001	Рис отварной	180	4,67	6,10	51,93	270,21	8,64	31,86	97	0	0,32	28,8	0,04	0,04	0
Екат-г 2003	Котлета "Школьная"	100	22,00	16,20	10,86	275,00	16,1	9	11	2,21	0,2	0	0,03	0,02	0,1
54- 10хн Роспот	Компот из черники	200	0,20	0,10	7,80	32,70	2,9	1	2,3	0,14	0,2	0	0,01	0,01	0,8
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	1,5	0,07	0
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>890</b>	<b>33,72</b>	<b>30,78</b>	<b>108,27</b>	<b>826,62</b>	<b>197,24</b>	<b>99,71</b>	<b>243</b>	<b>19,6</b>	<b>3,72</b>	<b>189</b>	<b>1,63</b>	<b>0,26</b>	<b>10</b>

## МЕНЮ

День: девятый

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

№	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>																
130 Пермь 2018 Г34	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,60	2,50	16,45	100,75	22,9	24,3	66,5	1,09	1,4	1,7	0,1		7,8	
Пермь 2001	Пудинг из творога с рисом и сгущенным молоком	200/30	21,96	5,38	28,83	251,66	16,1	9	11	2,21	0,2	0	0,03	0,02	7	
253Пер мь 2001	Компот из плодов и ягод сушеных	200	0,56	0,00	27,89	113,79	20,1	14,4	19,2	0,7	0,4	0	0,01	0	0,2	
Смак	Булочка в ассортименте	80	7,80	3,38	47,50	256,00										
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	1,5	0,07	0	
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0	
	<b>Итого за прием</b>	<b>830</b>	<b>37,87</b>	<b>12,54</b>	<b>147,46</b>	<b>858,28</b>	<b>93,80</b>	<b>64,95</b>	<b>102,85</b>	<b>14,34</b>	<b>2,10</b>	<b>1,7</b>	<b>1,64</b>	<b>0,16</b>	<b>15,00</b>	

## МЕНЮ

День:десятый

Сезон: осень-зима

Возрастная категория : с 11 лет и старше

Рацион: обед

№	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>														
6/1 Екат-г 2015	Помидоры свежие	100	1,10	0,20	3,80	20,00	20,00	8,5	4,6	13,3	0,2	0,05	0	0,02	25
49 Пермь 2001	Суп-пюре из картофеля с гречками	250/10	4,57	5,29	28,89	181,51	28,7	38	146,3	2,27	1,45	7,1	0,14	0,09	10,5
204 Пермь 2001	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	16,00	16,5	10,7	54,5	1,29	1	41,2	0,06	0,06
60 Екат-г 2003	Котлета "Богатырская"	100	29,70	21,20	28,40	423,00	214,56	84,33	564,48	70,2	2,7	0,55	0,26	0,32	9
261 Пермь 2001	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	21,01	46,87	11,90	3,20	3,20	0,61	0,80	0,00	0,01	0,00	80,00
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	1,5	0,07	0
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>890</b>	<b>46,96</b>	<b>33,66</b>	<b>151,16</b>	<b>1058,5</b>	<b>313,86</b>	<b>162,68</b>	<b>732,63</b>	<b>143,2</b>	<b>6,44</b>	<b>8,70</b>	<b>43,1</b>	<b>0,62</b>	<b>124,6</b>

## МЕНЮ

День: двенадцатый

Возрастная категория: учащиеся с 11 лет и старше

Рацион: обед

Сезон: осень-зима

№	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>															
4/1 Екат-г 2015	Огурцы свежие	100	0,80	0,10	2,50	13,30	18	14	53,5	0,5	1,5	0	0,03	0,02	3,5
58 Пермь 2001	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,09	6,33	10,64	107,83	123	28	103	1	2,8	160	0,13	0,11	12,3
54-28м Роспотреб-р	Жаркое по-домашнему из курицы	230	28,52	7,10	20,20	259,60	25	101	216	2,29		32,7	0,14	0,13	10,3
251 Пермь 2001	Компот из яблок и мандарин	200	0,25	0,25	25,35	104,07	20,1	14,4	19,2	0,69	0,4	0	0,01	0	0,2
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	1,5	0,07	0
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>840</b>	<b>54,85</b>	<b>27,50</b>	<b>92,56</b>	<b>841,60</b>	<b>267</b>	<b>216</b>	<b>559,45</b>	<b>7,22</b>	<b>5,5</b>	<b>224</b>	<b>1,89</b>	<b>0,39</b>	<b>28,5</b>

## МЕНЮ

День: одиннадцатый

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Рацион: обед

№	Наименование блюда	Выход порций, 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>															
6/1 Екат-г 2015	Помидоры свежие	100	0,66	1,10	0,20	3,80	20,00	8,5	4,6	13,3	0,2	0,05	0	0,02	0
37 Пермь 2001	Суп картофельный с бобовыми	250	2,34	3,9	13,61	98,8	26,80	25,50	67,3	0,96	0,22	20,0	0,10	0,07	8,0
196 Пермь 2001	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,6	7,24	60,00	351,74	115,6	110,2	221,2	3,4	0,44	38,2	0,19	0	6,6
54-2р Роспотреб-р	Котлета рыбная (горбуша)	100	17,50	6,60	8,50	163,90	22	24	161	0,74	1,08	29,2	0,14	0,12	0,29
504 Пермь 2018	Кисель с витаминами Витошка	200	0,00	0,00	24,00	95,00	0	0	0	0	2	130	0	0	20
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	1,5	0,07	0
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>890</b>	<b>36,43</b>	<b>19,45</b>	<b>132,98</b>	<b>847,03</b>	<b>207,10</b>	<b>180,35</b>	<b>457,58</b>	<b>20,75</b>	<b>4,28</b>	<b>179,25</b>	<b>2,23</b>	<b>0,68</b>	<b>34,89</b>

## МЕНЮ

День: тринадцатый

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Сезон:осень-зима

№	Наименование блюда	Выход порции,	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>																
1/1 Екат-г 2015	Кукуруза консервированная	100	1,85	2,25	5,10	43,20	121	27,6	147	1,23	37	0,5	0,1	0	9,8	
49 Пермь 2001	Суп-лапша домашняя	250	6,85	6,32	23,10	176,75	126	40,7	155	1,36	0,43	37,5	0,15	0	8,65	
201 Пермь	Рис отварной	180	4,67	6,10	51,93	270,21	45,9	30	93	1	0	36	0	0	5	
192 Пермь 2001	Птица отварная	100	18,22	18,22	0,97	242,68	22,40	16,00	64,00	1,14	0,56	92,56	0,03	0,80	1	
252 Пермь 2001	Компот из смородины черной	200	0,31	0,07	18,09	74,17	11	9	9,2	0,41	0,2	0	0,01	0	22	
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	1,5	0,07	0	
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,15	1,92	0,84	0	0	0	0,06	0	
<b>Итого за день</b>		<b>890</b>	<b>36,19</b>	<b>33,58</b>	<b>125,86</b>	<b>940,81</b>	<b>349</b>	<b>135,5</b>	<b>471,55</b>	<b>7,48</b>	<b>38,19</b>	<b>166,56</b>	<b>1,79</b>	<b>0,93</b>	<b>46,45</b>	

## МЕНЮ

День: четырнадцатый

Возрастная категория: Учащиеся с 11 лет и старше

Сезон: осень-зима

Рацион: обед

№	Наименование блюда	Выход д порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ЭЦ, ккал	Ca	Mg	P	Fe	E,мг	A,мкг	B1,мг	B2,мг	C,мг
4/1 Екат- г 2015	Огурцы свежие	100	0,80	0,10	2,50	13,30	18	14	53,5	0,5	2	0	0	0	3,5
34 Пермь 2001	Рассольник ленинградский	250	5,03	11,30	32,38	149,60	101	32	120	1	3	160	0	0	7,25
3/3 Екат- г 2015	Картофельное пюре	180	3,08	4,22	20,64	133,00	7,9	5	9,1	0,9	0	0	0	0	10,7
43 Екат-г 2003	Суфле "Рыбка"	100	13,69	11,70	9,57	198,00	57,6	23,4	188	73	1,1	59,4	0,1	0	0,45
253 Пермь 2001	Компот из плодов и ягод сушеных	200	0,56	0,00	27,89	113,79	20,1	14	19,2	0,7	0	0	0	0	0,2
Смак	Хлеб "Крестьянский"	30	2,31	0,29	14,37	70,80	13,5	12	1,43	1,5	0	0	2	0,1	0
Смак	Хлеб "Дарницкий домашний"	30	1,98	0,33	12,30	63,00	9,2	0,2	1,92	0,8	0	0	0	0,1	0
	<b>Итого за прием</b>	<b>890</b>	<b>27,45</b>	<b>27,94</b>	<b>119,65</b>	<b>741,49</b>	<b>227</b>	<b>101</b>	<b>393</b>	<b>78</b>	<b>6</b>	<b>219</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>22</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075000

Владелец Голых Ольга Александровна

Действителен с 28.03.2025 по 28.03.2026