

| № рец. | Наименование блюда | Выход | ХЕ | Пищевые вещества, г | | | Калории, ккал | Витамины, мг | | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|--------------------|--------------------|-------|------|---------------------|------|-------|------------------|--------------|------|-------|-------|--------------------------|-------|-------|------|
| | | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А,мкг | Са | Р | Mg | Fe |
| №109/П2 013/5 | ХЛЕБ РЖАНОЙ 2КУС. | 60г. | 2,24 | 4,68 | 0,84 | 22,38 | 115,80 | 0,07 | 0,02 | | | 13,80 | 63,60 | 15,00 | 1,86 |
| №79/ЕСТ Н2018/5 | ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ | 1/170 | 1,47 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 66,60 | 0,05 | 0,03 | 15,00 | | 24,00 | 16,50 | 13,50 | 3,30 |

Итого по подменю: 96,26 4,43 23,81 23,94 44,20 487,55 0,25 0,76 16,12 291,61 289,58 412,75 63,51 7,69

Обед "Обжорка" 7-11 лет (День 2,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------|--|------------|------|-------|-------|-------|--------|------|------|--------|-------|-------|--------|-------|------|
| №33/П20 13/5 | САЛАТ "ВЕСНА". | 60 | 0,17 | 5,58 | 7,22 | 1,72 | 94,13 | 0,05 | 0,20 | 19,59 | 90,00 | 42,50 | 93,13 | 15,48 | 1,39 |
| №108/ЕС ТН2018/5 | СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ". | 200/5 | 0,36 | 9,52 | 12,52 | 3,57 | 165,15 | 0,07 | 0,10 | 7,75 | 39,49 | 36,74 | 101,80 | 18,65 | 1,09 |
| №307/ЕС ТН2018 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (МИНТАЙ)90Г | 90 | 0,59 | 12,00 | 3,41 | 5,88 | 102,34 | 0,10 | 0,15 | 2,04 | 40,14 | 50,80 | 193,12 | 45,68 | 1,09 |
| №374/ЕС ТН2018/5 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ | 150 | 2,18 | 3,24 | 5,96 | 21,78 | 153,72 | 0,16 | 0,13 | 25,49 | 27,00 | 44,82 | 97,19 | 32,59 | 1,19 |
| №493/ЕС ТН2018/5 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 2,46 | 0,68 | 0,28 | 24,63 | 103,76 | 0,01 | 0,06 | 200,00 | | 12,45 | 3,40 | 3,40 | 0,65 |
| №109/П2 013/5 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1кус./30г | 1,12 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |
| №108/П2 013/5 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС. | 1кус./30г. | 1,45 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,50 | 0,05 | 0,02 | | | 6,90 | 26,10 | 9,90 | 0,60 |

Итого по подменю: 96,26 8,33 35,73 30,11 83,26 747,50 0,47 0,67 254,87 196,63 201,11 546,54 133,20 6,94

Обед "Здоровей-ка" 7-11 лет (Диета №9) (День 2,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------|--|-----------|------|-------|-------|-------|--------|------|------|--------|-------|-------|--------|-------|------|
| №33/П20 13/5 | САЛАТ "ВЕСНА". | 60 | 0,17 | 5,58 | 7,22 | 1,72 | 94,13 | 0,05 | 0,20 | 19,59 | 90,00 | 42,50 | 93,13 | 15,48 | 1,39 |
| №108/ЕС ТН2018/5 | СУП "СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ". | 200/5 | 0,36 | 9,52 | 12,52 | 3,57 | 165,15 | 0,07 | 0,10 | 7,75 | 39,49 | 36,74 | 101,80 | 18,65 | 1,09 |
| №307/ЕС ТН2018 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (МИНТАЙ)90Г | 90 | 0,59 | 12,00 | 3,41 | 5,88 | 102,34 | 0,10 | 0,15 | 2,04 | 40,14 | 50,80 | 193,12 | 45,68 | 1,09 |
| №374/ЕС ТН2018/5 | 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 |
| №493/ЕС ТН2018/5 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (БЕЗ САХАРА) | 200 | 0,97 | 0,68 | 0,28 | 9,66 | 43,88 | 0,01 | 0,06 | 200,00 | | 12,00 | 3,40 | 3,40 | 0,60 |
| №109/П2 013/5 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1кус./30г | 1,12 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | 0,03 | 0,01 | | | 6,90 | 31,80 | 7,50 | 0,93 |

Итого по подменю: 96,26 4,66 32,28 27,82 46,54 565,88 0,37 0,61 246,38 187,63 178,82 488,04 112,44 5,89

ПОЛДНИК (День 2,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------|-----------------------------------|-----|------|-------|------|------|--------|------|------|------|-------|--------|--------|-------|------|
| №468/ЕС ТН2018/5 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ) | 200 | 0,70 | 10,00 | 6,40 | 7,00 | 125,60 | 0,08 | 0,40 | 1,20 | 40,00 | 244,00 | 192,00 | 30,00 | 0,20 |
|---------------------|-----------------------------------|-----|------|-------|------|------|--------|------|------|------|-------|--------|--------|-------|------|

| № рец. | 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 |
| №544/ЕС ТН2018/5 | КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 100Г | 100 | 5,02 | 5,02 | 9,08 | 50,17 | 302,55 | 0,08 | 0,05 | 0,07 | 46,25 | 22,13 | 50,24 | 8,01 | 0,65 |

Итого по подмену:

5,72 15,02 15,48 57,17 428,15 0,16 0,45 1,27 86,25 266,13 242,24 38,01 0,85

Зав. производ. _____ /Левченко Т.Н./

Калькулятор Мавра /Наварич Т.С./