

"Утверждаю"

ООО "ЛемаС" директор

Директор  Лебедева М.С./

Директор

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 87" г.Перми

Перспективное меню для питания детей 7-11 лет (осень-зима)

Меню на 24.09.2024 года (День 8)

№ 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				

Правильный завтрак 7-11 лет (День 8,)

№68/ЕСТ Н2018/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (2-й ВАРИАНТ)	30	0,98	1,66	7,45	9,79	113,09	0,03	0,02	40,00	7,00	20,40	6,60	0,42			
№351/Мо СКВА	КАША ГРЕЧНЕВАЯ.	200	3,27	7,38	4,78	32,70	203,22	0,02	0,19	3,36	16,00	106,87	192,25	91,33	2,80		
№458/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,01			10,05	40,20				0,30				0,03		
№108/П2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./40г.	1,93	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,02					9,20	34,80	13,20	0,80
№468/ЕС ТН2018/5	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	100	0,35	5,00	3,20	3,50	62,80	0,04	0,20	0,60	20,00	122,00	96,00	15,00	0,10		

Итого по подменю:

96,26 7,54 17,20 15,83 75,36 513,31 0,15 0,43 3,96 76,00 245,37 343,45 126,13 4,15

Завтрак "Перемелка" 7-11 лет (День 8,)

№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			
№233/ЕС ТН2018/5	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,50	4,20	5,16	24,96	163,05	0,05	0,15	0,80	15,00	117,11	120,05	24,87	0,36		
№458/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,01			10,05	40,20				0,30				0,03		
№108/П2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50	2,42	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08	0,03					11,50	43,50	16,50	1,00
№938/М ОСКВА	МАФФИН ШОКОЛАДНЫЙ 50Г	50	2,60	4,55	11,61	25,96	227,30	0,04	0,08			78,25	19,02	71,90	25,32	1,64	

Итого по подменю:

96,26 10,00 13,30 17,87 99,82 614,65 0,22 0,29 15,80 93,25 171,93 251,95 80,19 6,33

Завтрак "Здоровей-ка" 7-11 лет /Диета №9 (День 8,)

№303/ЕС ТН2018/5	РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ 90Г	90	0,67	14,16	6,24	6,69	139,73	0,11	0,16	0,53	52,43	62,79	220,90	47,49	1,08
№384/ЕС ТН2018/5	РИС ОТВАРНОЙ 75Г	75	1,98	1,90	2,72	19,83	111,32	0,02	0,02		13,50	3,64	41,25	13,41	0,28

№ п/п	N рецепта	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				
№1566/ЕС	№1/2018/ТН	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ (СМЕСЬ ОВОЩНАЯ Б/З)	75	0,34	2,04	1,88	3,43	38,72	0,08	0,08	56,60	9,00	22,39	42,08	13,79	1,14				
№458/ЕС	ТН2018	ЧАЙ БЕЗ САХАРА*	200	0,01			0,07	0,28												
№109/П2	013/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кгс./30г	1,12	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01										
№79/ЕС	ТН2018/5	ФРУКТ СВЕЖИЙ 100Г	100	0,75	0,80	0,20	7,50	35,00	0,06	0,03	38,00									
Итого по подменю:				96,26	4,87	21,24	11,46	48,71	382,95	0,30	0,30	95,13	74,93	130,72	353,03	93,19	3,53			

Обед "Обжорка" 7-11 лет (День 8,)

№5/ЕСТ	Н2018	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ.	60	0,27	0,88	3,68	2,69	47,39	0,02	0,02	19,14			21,49	20,18	10,00	0,41
№283/Мо	с/ва	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (М2022)	200	1,32	6,66	3,67	13,22	112,55	0,04	0,03	3,60	16,00	18,20	31,02	11,34	0,50	
№347/ЕС	ТН2018/3	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	90	1,39	16,54	10,83	13,86	219,28	0,06	0,09	0,14			27,98	98,22	16,23	1,36
№660/Мо	с/ка 2022	РИС С ГОРОШКОМ, КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ (В№1).	150	3,63	3,78	3,86	36,26	194,81	0,05	0,04	1,28	18,00	10,67	79,61	28,16	0,60	
№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	1кгс./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.	1кгс./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	11,64	33,25	23,04	116,34	806,19	0,26	0,27	224,16	34,00	104,59	290,33	86,53	5,05

Обед "Здоровей-ка" 7-11 лет (Дюета №9) (День 8,)

№22/ЕСТ	Н2018/5	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК.	60	0,49	0,58	4,93	4,91	66,32	0,03	0,03	4,25			13,91	23,30	16,37	0,79
№114/ЕС	ТН2018/5	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ.	200/5	0,91	1,64	4,96	9,10	87,71	0,07	0,05	17,82	5,00	29,56	45,93	18,48	0,69	
№335/ЕС	ТН 2021	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С МЯСОМ	200	1,37	26,12	25,06	13,65	384,64	0,13	0,30	48,33	43,50	108,82	301,77	49,33	4,10	
№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	1кгс./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	4,86	31,36	35,65	48,51	640,45	0,27	0,45	270,40	48,50	171,19	406,20	95,08	7,11

ПОЛДНИК (День 8,)

N 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	Мг	Fe		
№501/ЕС ТН2018/3	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,40			24,00	96,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80		
№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 подменю:				142	5,02	9,08	74,17	398,55	0,10	0,07	4,07	46,25	36,13	64,24	16,01	3,45	

Зае. производ.

Абдуллина Р.Н./

Калькулятор

Назарич Т.С./



"Утверждаю"
ООО "Лемас"

Директор
И.И.И.
Илебедева М.С.



"Согласовано"
МАОУ "СОШ № 87" г.Перми

Директор
С.С.С.



Перспективное меню для питания детей 12-18 лет (осень-зима)
Меню на 24.09.2024 года (День 8)

Правильный завтрак 12-18 лет (День 8,)

№ 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				
№68/ЕСТ H2018/5	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (2-й ВАРИАНТ)	30	0,98	1,66	7,45	9,79	113,09	0,03	0,02			40,00	7,00	20,40	6,60	0,42			
№351/МО СКВА	КАША ГРЕЧНЕВАЯ 200Г	200	3,27	7,38	4,78	32,70	203,22	0,02	0,19	3,36	16,00	106,87	192,25	91,33	2,80				
№458/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,01			10,05	40,20					0,30							
№108/П2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50	2,42	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08	0,03				11,50	43,50	16,50	1,00			
№468/ЕС ТН2018/5	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	100	0,35	5,00	3,20	3,50	62,80	0,04	0,20	0,60	20,00	122,00	96,00	15,00	0,10				
Итого по подменю:		100,00	8,03	17,99	15,93	80,19	536,81	0,17	0,44	3,96	76,00	247,67	352,15	129,43	4,35				

Завтрак "Перемелка" 12-18 лет (День 8,)

№79/ЕСТ H2018/5	ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ	1/1770	1,47	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30	
№233/ЕС ТН2018/5	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	3,33	5,60	6,88	33,27	217,40	0,07	0,20	1,06	20,00	156,15	160,07	33,16	0,48	
№458/ЕС ТН2018/5	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,01			10,05	40,20					0,30				
№108/П2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50	2,42	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08	0,03				11,50	43,50	16,50	1,00
№938/М ОСКВА	МАФФИН ШОКОЛАДНЫЙ 50Г	50	2,60	4,55	11,61	25,96	227,30	0,04	0,08			78,25	19,02	71,90	25,32	1,64
Итого по подменю:		130,00	10,83	14,70	19,59	108,13	669,00	0,24	0,34	16,06	98,25	210,97	291,97	88,48	6,45	

Завтрак "Здоровей-ка" 12-18 лет /Диета 9 (День 8,)

№303/ЕС ТН2018/5	РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ	100	0,74	15,74	6,93	7,44	155,25	0,13	0,18	0,59	58,25	69,77	245,45	52,77	1,20	
№384/ЕС ТН2018/5	РИС ОТВАРНОЙ 100Г	100	2,64	2,53	3,62	26,43	148,42	0,03	0,02		18,00	4,33	54,89	17,84	0,37	

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг									
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe		
№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		
№458/ЕС	ЧАЙ БЕЗ САХАРА*	200	0,01		0,07	0,28											
№109/П2	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	1,12	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01								
№79/ЕС	ФРУКТ СВЕЖИЙ 100Г	100	0,75	0,80	0,20	7,50	35,00	0,06	0,03	38,00		35,00	17,00	11,00	0,10		
№2018/5																	
Итого по подменю:		130,00	5,63	23,59	13,17	56,28	438,15	0,34	0,33	98,96	85,85	139,88	394,02	103,82	3,82		

Обед "Обжорка" 12-18 лет (День 8,)

№5/ЕСТ <th rowspan="2">САЛГАТ ИЗ БИКАПУСТЫ С ПОЛИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ <th rowspan="2">100 <th rowspan="2">0,45 <th rowspan="2">1,47 <th rowspan="2">6,13 <th rowspan="2">4,49 <th rowspan="2">78,98 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">31,89 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	САЛГАТ ИЗ БИКАПУСТЫ С ПОЛИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ <th rowspan="2">100 <th rowspan="2">0,45 <th rowspan="2">1,47 <th rowspan="2">6,13 <th rowspan="2">4,49 <th rowspan="2">78,98 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">31,89 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	100 <th rowspan="2">0,45 <th rowspan="2">1,47 <th rowspan="2">6,13 <th rowspan="2">4,49 <th rowspan="2">78,98 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">31,89 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	0,45 <th rowspan="2">1,47 <th rowspan="2">6,13 <th rowspan="2">4,49 <th rowspan="2">78,98 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">31,89 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	1,47 <th rowspan="2">6,13 <th rowspan="2">4,49 <th rowspan="2">78,98 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">31,89 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	6,13 <th rowspan="2">4,49 <th rowspan="2">78,98 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">31,89 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	4,49 <th rowspan="2">78,98 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">31,89 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th></th></th></th></th></th></th>	78,98 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">31,89 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th></th></th></th></th></th>	0,04 <th rowspan="2">0,04 <th rowspan="2">31,89 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th></th></th></th></th>	0,04 <th rowspan="2">31,89 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th></th></th></th>	31,89 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th></th></th>	<th rowspan="2">35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th></th>	35,81 <th rowspan="2">33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th></th>	33,63 <th rowspan="2">16,66 <th rowspan="2">0,68 </th></th>	16,66 <th rowspan="2">0,68 </th>	0,68
№2018	САЛГАТ ИЗ БИКАПУСТЫ С ПОЛИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ	100	0,45	1,47	6,13	4,49	78,98	0,04	0,04	31,89		35,81	33,63	16,66	0,68
№283/МО	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (М2022).	250	1,65	8,33	4,59	16,53	140,69	0,05	0,03	4,50	20,00	22,76	38,78	14,17	0,62
№347/ЕС	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	100	1,54	18,37	12,04	15,40	243,65	0,06	0,10	0,15		31,09	109,13	18,04	1,51
№660/МО	РИС С ГОРОШКОМ, КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ (В№1) 180Г	180	4,35	4,54	4,63	43,51	233,77	0,06	0,04	1,53	21,60	12,81	95,54	33,80	0,72
№493/ЕС	НАГ ИТОК 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
№108/П2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50	2,42	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08	0,03			11,50	43,50	16,50	1,00
№109/П2	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:		139,00	13,99	39,68	28,59	139,90	976,25	0,33	0,31	238,07	41,60	133,32	355,78	110,07	6,11

Обед "Здоровей-ка" 12-18 лет (Дюшета №9) (День 8,)

№22/ЕСТ <th rowspan="2">САЛГАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК <th rowspan="2">100 <th rowspan="2">0,82 <th rowspan="2">0,97 <th rowspan="2">8,21 <th rowspan="2">8,19 <th rowspan="2">110,54 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">7,08 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	САЛГАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК <th rowspan="2">100 <th rowspan="2">0,82 <th rowspan="2">0,97 <th rowspan="2">8,21 <th rowspan="2">8,19 <th rowspan="2">110,54 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">7,08 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	100 <th rowspan="2">0,82 <th rowspan="2">0,97 <th rowspan="2">8,21 <th rowspan="2">8,19 <th rowspan="2">110,54 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">7,08 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	0,82 <th rowspan="2">0,97 <th rowspan="2">8,21 <th rowspan="2">8,19 <th rowspan="2">110,54 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">7,08 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	0,97 <th rowspan="2">8,21 <th rowspan="2">8,19 <th rowspan="2">110,54 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">7,08 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	8,21 <th rowspan="2">8,19 <th rowspan="2">110,54 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">7,08 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th></th></th></th></th></th></th></th>	8,19 <th rowspan="2">110,54 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">7,08 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th></th></th></th></th></th></th>	110,54 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">7,08 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th></th></th></th></th></th>	0,05 <th rowspan="2">0,05 <th rowspan="2">7,08 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th></th></th></th></th>	0,05 <th rowspan="2">7,08 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th></th></th></th>	7,08 <th rowspan="2"> <th rowspan="2">23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th></th></th>	<th rowspan="2">23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th></th>	23,18 <th rowspan="2">38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th></th>	38,84 <th rowspan="2">27,28 <th rowspan="2">1,31 </th></th>	27,28 <th rowspan="2">1,31 </th>	1,31	
																№114/ЕС
№114/ЕС	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/5	1,13	2,02	6,02	11,33	107,61	0,09	0,06	22,27		5,00	35,85	56,65	22,99	0,86
№335/ЕС	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С МЯСОМ	200	1,37	26,12	25,06	13,65	384,64	0,13	0,30	48,33	43,50	108,82	301,77	49,33	4,10	
№493/ЕС	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	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40г.	1,49	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
Итого по подменю:		139,00	5,78	32,91	40,13	57,75	723,87	0,32	0,48	277,68	48,50	189,05	443,06	113,00	8,11	

ПОЛДНИК (День 8,)

№ 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	Мg	Fe			
№501/ЕС ТН2018/3	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,40			24,00	96,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80			
№5-44/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			
№468/ЕС ТН2-018/5	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	100	0,35	5,00	3,20	3,50	62,80	0,04	0,20	0,60	20,00	122,00	96,00	15,00	0,10			
Итого по подменю:			7,77	10,02	12,28	77,67	461,35	0,14	0,27	4,67	66,25	158,13	160,24	31,01	3,55			

Зав. производ.

Абдуллина Р.Н.

Калькулятор

Наварич Т.С.

