



| № рец.                   | Наименование блюда | Выход        | ХЕ          | Пищевые вещества, г |              |              | Калории,<br>ккал | Витамины, мг |             |              |               | Минеральные вещества, мг |               |              |             |
|--------------------------|--------------------|--------------|-------------|---------------------|--------------|--------------|------------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------------------|---------------|--------------|-------------|
|                          |                    |              |             | Б                   | Ж            | У            |                  | В1           | В2          | С            | А,мкг         | Са                       | Р             | Mg           | Fe          |
| №109/П2<br>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<br>Н2018         | 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        |
| <b>Итого по подмену:</b> |                    | <b>91,76</b> | <b>4,43</b> | <b>23,81</b>        | <b>23,94</b> | <b>44,20</b> | <b>487,55</b>    | <b>0,25</b>  | <b>0,76</b> | <b>16,12</b> | <b>291,61</b> | <b>289,58</b>            | <b>412,75</b> | <b>63,51</b> | <b>7,69</b> |

**Обед "Обжорка" 7-11 лет (День 2,)**

|                          |  |              |             |              |              |              |               |             |             |               |               |               |               |               |             |
|--------------------------|--|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| №33/П20<br>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<br>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<br>ТН2018        | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ<br>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<br>ТН2018/5      | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА<br>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<br>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<br>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<br>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        |
| <b>Итого по подмену:</b> |  | <b>91,76</b> | <b>8,33</b> | <b>35,73</b> | <b>30,11</b> | <b>83,26</b> | <b>747,50</b> | <b>0,47</b> | <b>0,67</b> | <b>254,87</b> | <b>196,63</b> | <b>201,11</b> | <b>546,54</b> | <b>133,20</b> | <b>6,94</b> |

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

|                          |  |              |             |              |              |              |               |             |             |               |               |               |               |               |             |
|--------------------------|--|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| №33/П20<br>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<br>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<br>ТН2018        | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ<br>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<br>ТН2018/5      | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА<br>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<br>ТН2018/5      | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (БЕЗ<br>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<br>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        |
| <b>Итого по подмену:</b> |  | <b>91,76</b> | <b>6,51</b> | <b>35,70</b> | <b>30,23</b> | <b>64,99</b> | <b>675,02</b> | <b>0,46</b> | <b>0,66</b> | <b>254,87</b> | <b>196,63</b> | <b>200,66</b> | <b>552,24</b> | <b>130,80</b> | <b>7,22</b> |

**Полдник (День 2,)**

|                     |                                   |     |      |       |      |      |        |      |      |      |       |        |        |       |      |
|---------------------|-----------------------------------|-----|------|-------|------|------|--------|------|------|------|-------|--------|--------|-------|------|
| №468/ЕС<br>ТН2018/5 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК<br>(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,<br>ккал | Витамины, мг |      |      |       | Минеральные вещества, мг |        |       |      |
|--------------------------|----------------------|-------|------|---------------------|-------|-------|------------------|--------------|------|------|-------|--------------------------|--------|-------|------|
|                          |                      |       |      | Б                   | Ж     | У     |                  | В1           | В2   | С    | А,мкг | Са                       | Р      | Mg    | Fe   |
| №544/ЕС<br>ТН2018/5      | КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 100Г | 100   | 6,02 | 6,03                | 10,91 | 60,21 | 363,11           | 0,09         | 0,06 | 0,08 | 55,50 | 26,37                    | 60,26  | 9,61  | 0,78 |
| <i>Итого по подменю:</i> |                      |       | 6,72 | 16,03               | 17,31 | 67,21 | 488,71           | 0,17         | 0,46 | 1,28 | 95,50 | 270,37                   | 252,26 | 39,61 | 0,98 |

Зав. производ. \_\_\_\_\_ /Левченко Т.Н./

Калькулятор *Гаврич* /Наварич Т.С./