



| № 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>13/5    | ХЛЕБ РЖАНОЙ 25Г    | 25    | 0,93 | 1,95                | 0,35 | 9,33 | 48,25            | 0,03         | 0,01 |       |       | 5,75                     | 26,50 | 6,25  | 0,78 |
| №79/ЕСТ<br>12018/5 | 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 |

**Итого по подменю:** 96,26 4,88 28,86 22,55 48,87 514,60 0,25 0,46 43,17 149,72 416,70 417,58 92,52 2,95

**Обед "Обжорка" 7-11 лет (День 4,)**

|                     |  |             |      |       |       |       |        |      |      |       |       |       |        |       |      |
|---------------------|--|-------------|------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|--------|-------|------|
| №47/ЕСТ<br>12018/5  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ.                              | 60          | 0,51 | 0,82  | 6,11  | 5,13  | 78,78  | 0,03 | 0,03 | 6,30  |       | 14,32 | 27,07  | 12,03 | 0,52 |
| №101/ЕС<br>ТН2018/5 | СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ<br>С КАРТОФЕЛЕМ" С/С | 200/5       | 0,72 | 1,49  | 4,91  | 7,19  | 79,06  | 0,05 | 0,05 | 22,26 | 5,00  | 35,70 | 39,84  | 16,92 | 0,63 |
| №341/ЕС<br>ТН2018/3 | КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ".                            | 90          | 1,06 | 14,78 | 13,37 | 10,58 | 221,91 | 0,07 | 0,16 | 0,82  | 22,50 | 31,20 | 158,67 | 20,76 | 2,19 |
| №384/ЕС<br>ТН2018/5 | РИС ОТВАРНОЙ                                   | 150         | 3,97 | 3,80  | 5,43  | 39,65 | 222,63 | 0,04 | 0,03 |       | 27,00 | 7,28  | 82,50  | 26,81 | 0,56 |
| №492/ЕС<br>ТН2018/5 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ                 | 200         | 2,97 | 0,55  | 0,03  | 29,72 | 121,31 | 0,01 | 0,01 | 0,50  |       | 28,20 | 19,25  | 7,50  | 1,55 |
| №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 |

**Итого по подменю:** 96,26 11,80 26,15 30,57 117,95 852,09 0,28 0,31 29,88 54,50 130,50 385,23 101,42 6,98

**Обед "Здоровей-ка" 7-11 лет (Диета №9) (День 4,)**

|                     |  |       |      |       |       |       |        |      |      |        |       |       |        |       |      |
|---------------------|--|-------|------|-------|-------|-------|--------|------|------|--------|-------|-------|--------|-------|------|
| №47/ЕСТ<br>Н2018/5  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ.                              | 60    | 0,51 | 0,82  | 6,11  | 5,13  | 78,78  | 0,03 | 0,03 | 6,30   |       | 14,32 | 27,07  | 12,03 | 0,52 |
| №101/ЕС<br>ТН2018/5 | СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ<br>С КАРТОФЕЛЕМ" С/С | 200/5 | 0,72 | 1,49  | 4,91  | 7,19  | 79,06  | 0,05 | 0,05 | 22,26  | 5,00  | 35,70 | 39,84  | 16,92 | 0,63 |
| №341/ЕС<br>ТН2018/3 | КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ".                            | 90    | 1,06 | 14,78 | 13,37 | 10,58 | 221,91 | 0,07 | 0,16 | 0,82   | 22,50 | 31,20 | 158,67 | 20,76 | 2,19 |
| №156ЕС<br>ТН/2018/  | ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ /СМЕСЬ<br>ОВОЩНАЯ               | 150   | 0,69 | 4,08  | 3,75  | 6,85  | 77,44  | 0,16 | 0,17 | 113,19 | 18,00 | 44,78 | 84,16  | 27,59 | 2,29 |
| №489/ЕС<br>ТН2018/5 | КОМПОТ ИЗ ЯГОД<br>ЗАМОРОЖЕННЫХ (БЕЗ САХАРА)    | 200   | 0,25 | 0,21  | 0,15  | 2,46  | 12,03  |      | 0,01 | 4,50   |       | 7,50  | 4,80   | 2,10  | 0,12 |
| №109/П2<br>013/5    | 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:** 96,26 4,72 24,50 28,85 47,13 546,42 0,35 0,43 147,07 45,50 142,70 356,94 89,40 6,99

**ПОЛДНИК (День 4,)**

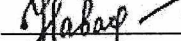
|                     |             |     |      |  |      |       |       |  |  |  |  |      |  |  |      |
|---------------------|-------------|-----|------|--|------|-------|-------|--|--|--|--|------|--|--|------|
| №461/ЕС<br>ТН/2018/ | ЧАЙ КАРКАДЕ | 200 | 1,50 |  | 0,01 | 15,04 | 60,25 |  |  |  |  | 0,45 |  |  | 0,05 |
|---------------------|-------------|-----|------|--|------|-------|-------|--|--|--|--|------|--|--|------|

| № 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     | Мg    | Fe   |
| №555/П2<br>013/5 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 100Г | 100   | 6,16 | 6,96                | 11,75 | 61,64 | 380,17           | 0,12         | 0,08 |   | 61,70 | 16,91                    | 72,85 | 11,30 | 0,96 |

*Итого по подмену:*

7,66 6,96 11,76 76,68 440,42 0,12 0,08 61,70 17,36 72,85 11,30 1,01

Зав. производ.  /Бойко Е.В./

Калькулятор  /Наварич Т.С./