

"Утверждаю"  
ООО "Лемас"

"Согласовано"  
МАОУ "СОШ № 42" г. Перми

Директор  /Лебедева М.С./

Директор  /Кутушцева Н.С./



Дополнительное питание детей 12-18 лет (вариант №2)

Меню на 26.09.2022 года (День 1)

Застрак "Лакомка" (День 1,)

| № 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                       |  |  |  |  |
| №1/ЕСТ<br>Н2018/5   | САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ         | 100     | 0,99  | 1,76                | 10,09 | 9,85   | 137,25        | 0,03         | 0,04 | 41,79 |        | 47,34  | 33,20  | 17,74  | 0,63                     |  |  |  |  |
| №347/ЕС<br>ТН2018/3 | 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                     |  |  |  |  |
| №374/ЕС<br>ТН2018/5 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ. | 180     | 2,61  | 3,88                | 7,15  | 26,13  | 184,46        | 0,19         | 0,16 | 30,59 | 32,40  | 53,79  | 116,63 | 39,11  | 1,43                     |  |  |  |  |
| №498/ЕС<br>ТН2018   | СОК ФРУКТОВЫЙ                         | 200     | 2,40  | 1,00                | 0,20  | 22,00  | 93,80         | 0,02         | 0,02 | 4,00  |        | 14,00  | 14,00  | 8,00   | 2,80                     |  |  |  |  |
| №110/П2<br>013/зд.5 | ХЛЕБ 2 КУС.                           | 2кус/60 | 2,57  | 4,71                | 0,72  | 25,68  | 128,40        | 0,08         | 0,03 |       |        | 13,80  | 57,90  | 17,40  | 1,53                     |  |  |  |  |
| №538/ЕС<br>ТН2018/5 | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                     | 60      | 3,48  | 5,72                | 5,36  | 34,83  | 210,40        | 0,09         | 0,05 |       | 33,50  | 14,84  | 54,49  | 8,44   | 0,74                     |  |  |  |  |
| Итого по подменю:   |                                       | 127,00  | 13,59 | 35,44               | 35,56 | 133,89 | 997,96        | 0,47         | 0,40 | 76,53 | 65,90  | 174,86 | 385,35 | 108,73 | 8,64                     |  |  |  |  |

Зае. производ.  /Левченко Т.Н./ Калькулятор  /Наварич Т.С./