

"Утверждаю"

ООО "ЛеМаС"

Директор



/Лебедева М.С./

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 42" г.Перми

Директор



/Кутищева Н.С./

Меню на 11.05.2022 года (День 4)

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

| № 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 |
| Завтрак "Лакомка" (День 4,) | | | | | | | | | | | | | | | |
| №47/ЕСТ Н2018 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 100 | 0,86 | 1,37 | 10,18 | 8,55 | 131,31 | 0,06 | 0,04 | 10,50 | | 23,86 | 45,12 | 20,05 | 0,86 |
| №341/ЕС ТН2018/3 | КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" | 100 | 1,18 | 16,43 | 14,86 | 11,76 | 246,57 | 0,07 | 0,18 | 0,91 | 25,00 | 34,66 | 176,30 | 23,07 | 2,44 |
| №384/ЕС ТН2018/5 | РИС ОТВАРНОЙ. | 180 | 4,76 | 4,56 | 6,51 | 47,58 | 267,16 | 0,05 | 0,04 | | 32,40 | 8,73 | 99,00 | 32,18 | 0,67 |
| №492/ЕС ТН2018/5 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С ВИТАМИНОМ | 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 |
| №110/П2 013/изд.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 |
| №555/П2 013/5 | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ. | 50 | 3,08 | 3,48 | 5,88 | 30,82 | 190,08 | 0,06 | 0,04 | | 30,85 | 8,46 | 36,42 | 5,65 | 0,48 |
| Итого по подменю: | | 111,00 | 15,42 | 31,10 | 38,18 | 154,11 | 1084,83 | 0,33 | 0,34 | 11,91 | 88,25 | 117,71 | 433,99 | 105,85 | 7,53 |

Зав. производ.

/Миронов К.В./

Калькулятор

/Наварич Т.С./