

"Утверждаю"

ООО "ЛеМаС"

"Согласовано"

МАОУ "СОШ № 42" г.Перми

Директор Левченко Т.Н. /Левченко Т.Н./

Директор Кутищева Н.С. /Кутищева Н.С./

Меню на 16.03.2023 года (День 4)

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

| 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 | 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:** 131,00 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. Левченко Т.Н. /Левченко Т.Н./

Калькулятор Наварич Т.С. /Наварич Т.С./