

"Утверждаю"
ООО "Лемас"

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

Директор  /Лебедева М.С./

Директор  /Кутянцева Н.С./

Меню на 19.09.2022 года (День 7)

Дополнительное питание детей 12-18 лет (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 | Мг | Fe | | | | | | | |

Заездрак "Лакомка" (День 7,)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|--------------------------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|--------|--------|--------|--------|-------|
| №145/ЕС | ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ | 60 | 0,23 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 12,84 | 0,04 | 0,02 | 15,00 | | 8,40 | 15,60 | 12,00 | 0,54 |
| ТН2018/5 | (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 120 | 0,40 | 17,36 | 8,66 | 3,98 | 163,35 | 0,07 | 0,08 | 4,17 | 90,00 | 19,73 | 139,01 | 66,92 | 1,25 |
| №364/ЕС | КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ | | | | | | | | | | | | | | |
| ТН2018/5 | | 180/9 | 3,05 | 3,80 | 7,27 | 30,48 | 202,56 | 0,22 | 0,14 | 37,26 | 36,00 | 25,84 | 111,78 | 43,15 | 1,73 |
| №150/ЕС | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ. | | | | | | | | | | | | | | |
| ТН2018/5 | | 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 |
| №498/ЕС | СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | | | | | | | | | | | |
| ТН2018 | | 200 | 2,57 | 4,71 | 0,72 | 25,68 | 128,40 | 0,08 | 0,03 | | | 13,80 | 57,90 | 17,40 | 1,53 |
| №110/П2 | ХЛЕБ 2 КУС. | | | | | | | | | | | | | | |
| 013/изд.5 | | 2кус/60 | 1,47 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 66,60 | 0,05 | 0,03 | 15,00 | | 24,00 | 16,50 | 13,50 | 3,30 |
| №79/ЕСТ | ФРУКТ СВЕЖИЙ 1ШТ | 1/170 | | | | | | | | | | | | | |
| ТН2018 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Итого по подменю: | | 127,00 | 10,12 | 28,13 | 17,57 | 99,12 | 667,55 | 0,48 | 0,32 | 75,43 | 126,00 | 105,77 | 354,79 | 160,97 | 11,15 |

Итого по подменю:

За в. производ. _____ /Лещенко Т.Н./ Калькулятор  /Наварич Т.С./

