

№ п/п	Идентификационный код	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
					Б	Ж	У	В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
ИВ.рел.		Наименование блюда	Выход	ХЕ	Б	Ж	У	В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
№458/ЕС	2018	ЧАЙ БЕЗ САХАРА*	200	0,01			0,07								
№109/П2	3/3/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кгс./30г	1,12	2,34	0,42	11,19	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
Итого по подменю:			96,26	4,83	24,48	20,39	48,14	0,17	0,14	22,69	116,00	71,92	326,37	99,91	3,78

Обед "Обжорка" 7-11 лет (День 11,)

№ п/п	Идентификационный код	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
					Б	Ж	У	В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
68/Мос	а 2022	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО-КОРЕЙСКИ.	60	0,46	0,75	4,26	4,58	0,03	0,04	3,06		16,58	30,70	19,30	0,40
№144/П2	3/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-й ВАРИАНТ).	200	1,75	4,56	3,46	17,53	0,22	0,08	11,90	16,00	28,47	77,37	30,33	1,73
№610/Мо	а 2022	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С ПАНИРОВ. СУХАРИЯМИ.	90	1,12	18,35	11,77	11,22	0,01	0,03			47,25	5,63	11,60	0,14
№2204/ЕС	Н2018/5	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,91	8,66	7,15	39,09		0,15	4,92	27,00	20,80	206,71	136,95	4,63
№54-5ХН	а 2022	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ	200	1,12	0,24	0,13	11,15	0,01	0,01	5,00		10,55	7,93	6,75	0,62
№109/П2	13/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кгс./30г	1,12	2,34	0,42	11,19	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
№108/П2	13/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кгс./30г.	1,45	2,37	0,30	14,49	0,05	0,02			6,90	26,10	9,90	0,60
Итого по подменю:			96,26	10,93	37,27	27,49	109,25	0,35	0,34	24,88	90,25	95,83	392,21	211,33	9,05

Обед "Здоровей-ка" 7-11 лет (Дюета №9) (День 11,)

№ п/п	Идентификационный код	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
					Б	Ж	У	В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
№145/ЕС	Н2018/5	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПОРЦИЯМИ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ)	60	0,23	0,66	0,12	2,28	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
№132/ЕС	Н2018/5	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ.	200	1,05	2,50	3,84	10,54	0,07	0,09	15,69	16,00	67,58	69,70	23,71	0,66
№343/ЕС	Н2021	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	240	2,03	27,16	26,30	20,29	0,15	0,32	25,30	50,25	99,63	320,94	56,89	4,21
№498/ЕС	Н2018	СОК ТОМАТНЫЙ *	200	0,58	2,00	0,20	5,80	0,06	0,06	20,00		14,00	64,00	24,00	1,40
№109/П2	013/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25Г	25	0,93	1,95	0,35	9,33	0,03	0,01			5,75	26,50	6,25	0,78
Итого по подменю:			96,26	4,82	34,27	30,81	48,24	0,35	0,50	75,99	66,25	195,36	496,74	122,85	7,59

ПОЛДНИК (День 11,)

№ п/п	Идентификационный код	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
					Б	Ж	У	В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
№464/ЕС	Н2018/5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,19	3,02	2,50	21,89	0,04	0,15	0,90		126,45	95,00	15,00	0,15
№284/ЕС	Н2018/5	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ, СО СГ/МОЛОКОМ	100/30	3,99	20,86	5,25	39,91	0,08	0,28	0,46	32,02	203,28	239,04	35,06	0,88

№ 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	Мg	Fe	
Итого по подменю:				6,18	23,88	7,75	61,80	412,55	0,12	0,43	1,36	32,02	329,73	334,04	50,06	1,03

Зав. производ. _____ /Голдобин Д.А./

Калькулятор *М.И.Иванов* /Назарич Т.С./

№ 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	Мg	Fe		
Итого по подменю:				7,34	33,23	9,10	73,35	508,34	0,15	0,55	1,44	48,02	387,00	419,86	62,68	1,46	

Зав. производ. _____ /Голдобин Д.А./

Калькулятор Молодов /Наварич Т.С./