





№ 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			
№109/П2 013/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ 2КУС.	60г.	2,24	4,68	0,84	22,38	115,80	0,07	0,02				13,80	63,60	15,00	1,86		
<b>Итого по подменю:</b>			<b>91,76</b>	<b>4,87</b>	<b>35,56</b>	<b>17,89</b>	<b>498,13</b>	<b>0,32</b>	<b>0,21</b>	<b>41,50</b>	<b>80,64</b>	<b>71,14</b>	<b>363,00</b>	<b>160,24</b>	<b>5,64</b>			

**Обед "Обжорка" 7-11 лет (День 8,)**

№146/ЕС ТН2018	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	60	0,10	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00			13,80	14,40	8,40	0,36
№144/П2 013/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-й ВАРИАНТ).	200	1,75	4,56	3,46	17,53	119,46	0,22	0,08	11,90	16,00		28,47	77,37	30,33	1,73
№354/ЕС ТН2018	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	0,62	17,22	14,91	6,22	228,38	0,29	2,06	30,76	7647,70		25,81	304,50	18,58	6,48
№374/ЕС ТН2018/5	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	2,18	3,24	5,96	21,78	153,72	0,16	0,13	25,49	27,00		44,82	97,19	32,59	1,19
№493/ЕС ТН2018/5	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	2,46	0,68	0,28	24,63	103,76	0,01	0,06	200,00			12,45	3,40	3,40	0,65
№109/П2 013/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	1,12	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01				6,90	31,80	7,50	0,93
№108/П2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./30г.	1,45	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,02				6,90	26,10	9,90	0,60
<b>Итого по подменю:</b>			<b>91,76</b>	<b>9,68</b>	<b>30,89</b>	<b>25,39</b>	<b>740,26</b>	<b>0,77</b>	<b>2,37</b>	<b>271,15</b>	<b>7690,70</b>	<b>139,15</b>	<b>554,76</b>	<b>110,70</b>	<b>11,94</b>	

**Обед "Здоровей-ка" 7-11 лет (Дювета №9) (День 8,)**

№13/ЕСТ Н2018	САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ.	60	0,16	0,56	6,05	1,56	62,95	0,01	0,02	9,84			17,04	21,71	7,61	0,45
№144/П2 013/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-й ВАРИАНТ).	200	1,75	4,56	3,46	17,53	119,46	0,22	0,08	11,90	16,00		28,47	77,37	30,33	1,73
№354/ЕС ТН2018	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	0,62	17,22	14,91	6,22	228,38	0,29	2,06	30,76	7647,70		25,81	304,50	18,58	6,48
№374/ЕС ТН2018/5	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	2,18	3,24	5,96	21,78	153,72	0,16	0,13	25,49	27,00		44,82	97,19	32,59	1,19
№493/ЕС ТН2018/5	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (БЕЗ САХАРА)	200	0,97	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	200,00			12,00	3,40	3,40	0,60
№109/П2 013/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ 80Г	80	2,98	6,24	1,12	29,84	154,40	0,09	0,02				18,40	84,80	20,00	2,48
<b>Итого по подменю:</b>			<b>91,76</b>	<b>8,66</b>	<b>32,50</b>	<b>31,78</b>	<b>86,59</b>	<b>762,79</b>	<b>0,78</b>	<b>2,37</b>	<b>277,99</b>	<b>7690,70</b>	<b>146,54</b>	<b>588,97</b>	<b>112,51</b>	<b>12,93</b>

**Полдник (День 8,)**

№468/ЕС ТН2018/5	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ).	100	0,35	5,00	3,20	3,50	62,80	0,04	0,20	0,60	20,00		122,00	96,00	15,00	0,10
№539/ЕС ТН2018	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ.	100	5,94	7,49	12,89	59,43	383,66	0,12	0,06		67,08		18,36	68,02	11,01	0,94











№ 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	Мg	Fe				
№109/П2 013/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ 2КУС.	60г.	2,24	4,68	0,84	22,38	115,80	0,07	0,02					13,80	63,60	15,00	1,86		
Итого по подменю:		120,00	5,49	41,04	23,80	54,85	597,81	0,37	0,25	54,47	94,08	87,99	418,82	188,01	6,63				

**Обед "Обжорка" 12-18 лет (День 8,)**

№146/ЕС ТН2018	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	60	0,10	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00				13,80	14,40	8,40	0,36
№144/П2 013/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ)	250	2,19	5,70	4,32	21,92	149,33	0,27	0,10	14,88	20,00			35,59	96,71	37,91	2,17
№354/ЕС ТН2018	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	0,62	17,22	14,91	6,22	228,38	0,29	2,06	30,76	7647,70			25,81	304,50	18,58	6,48
№374/ЕС 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
№493/ЕС ТН2018/5	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	2,46	0,68	0,28	24,63	103,76	0,01	0,06	200,00				12,45	3,40	3,40	0,65
№108/П2 013/5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50	2,42	3,95	0,50	24,15	117,50	0,08	0,03					11,50	43,50	16,50	1,00
№109/П2 013/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г	1,12	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01					6,90	31,80	7,50	0,93
Итого по подменю:		131,00	11,52	34,25	27,64	115,26	847,87	0,88	2,43	279,23	7700,10	159,84	610,94	131,40	13,02		

**Обед "Здоровей-ка" 12-18 лет (Дюетта №9) (День 8,)**

№36/П20 13/5	САЛАТ ЗЕЛЕННЫЙ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	100	0,27	2,01	6,18	2,72	74,51	0,06	0,08	39,77				23,32	42,46	23,02	0,85
№144/П2 013/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ)	250	2,19	5,70	4,32	21,92	149,33	0,27	0,10	14,88	20,00			35,59	96,71	37,91	2,17
№354/ЕС ТН2018	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	0,62	17,22	14,91	6,22	228,38	0,29	2,06	30,76	7647,70			25,81	304,50	18,58	6,48
№374/ЕС 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
№493/ЕС ТН2018/5	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (БЕЗ САХАРА)	200	0,97	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	200,00				12,00	3,40	3,40	0,60
№109/П2 013/5	ХЛЕБ РЖАНОЙ 80Г	80	2,98	6,24	1,12	29,84	154,40	0,09	0,02					18,40	84,80	20,00	2,48
Итого по подменю:		131,00	9,64	35,73	33,96	96,49	834,96	0,91	2,48	316,00	7700,10	168,91	648,50	142,02	14,01		

**Полдник (День 8,)**

№468/ЕС ТН2018/5	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	200	0,70	10,00	6,40	7,00	125,60	0,08	0,40	1,20	40,00	244,00	192,00	30,00	0,20		
№539/ЕС ТН2018	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	3,57	4,50	7,73	35,66	230,20	0,07	0,04		40,25	11,01	40,81	6,61	0,57		

