

"Утверждаю"

ИП Сычева Н.Д.

Директор  /Сычева Н.Д./

"Согласовано"

МАОУ "Гимназия № 33" г.Перми

Директор  /Мельчакова Н.Я./

Меню на 09.06.2023 года (День 7)

ДО 2-х разовое питание детей 7-11 лет

№ 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
<b>ЗАВТРАК (7-11 лет) (День 7,)</b>															
№21/ЕСТ H2018/5	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ.	60	0,67	0,70	4,85	6,71	73,29	0,03	0,04	2,69		14,63	29,72	20,47	0,39
№267/ЕС H2018/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	0,36	13,53	19,30	3,55	242,07	0,09	0,51	0,52	271,61	129,78	236,65	20,01	2,43
№461/ЕС H/2018/	ЧАЙ КАРКАДЕ	200	1,50		0,01	15,04	60,25					0,45			0,05
№110/П2 13/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
№590/П2 13/5	ПЕЧЕНЬЕ	1/35	2,60	2,63	3,43	26,04	145,53	0,03	0,02		3,50	10,15	31,50	7,00	0,74
<b>Итого по подмену:</b>			7,70	21,57	28,31	77,02	649,54	0,23	0,60	3,21	275,11	168,81	355,77	64,88	5,14
<b>ОБЕД (7-11 ЛЕТ) (День 7,)</b>															
№2/ЕСТ H2018	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	0,67	1,36	10,17	6,66	124,14	0,04	0,04	26,51		36,42	33,73	20,71	1,04
№131/Ди т.сб.М2	СУП-КРЕМ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	1,74	5,54	7,90	17,35	162,64	0,13	0,27	16,25	40,00	200,49	182,45	39,39	0,79
№364/ЕС H2018/5	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ.	100	0,33	14,46	7,21	3,31	136,12	0,06	0,07	3,48	75,00	17,29	116,01	55,81	1,05
№384/ЕС H2018/5	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
№501/ЕС H2018/3	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,40			24,00	96,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
№109/П2 13/5	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 13/5	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 подмену:</b>		<b>289,00</b>	12,47	30,63	32,51	124,58	914,46	0,38	0,47	50,24	147,40	290,73	503,09	173,49	7,88



Зав. производ.                      /Лоскутова Л.М./

Калькулятор                      /Наварич Т.С./



"Утверждаю"

ИП Сычева Н.Д.

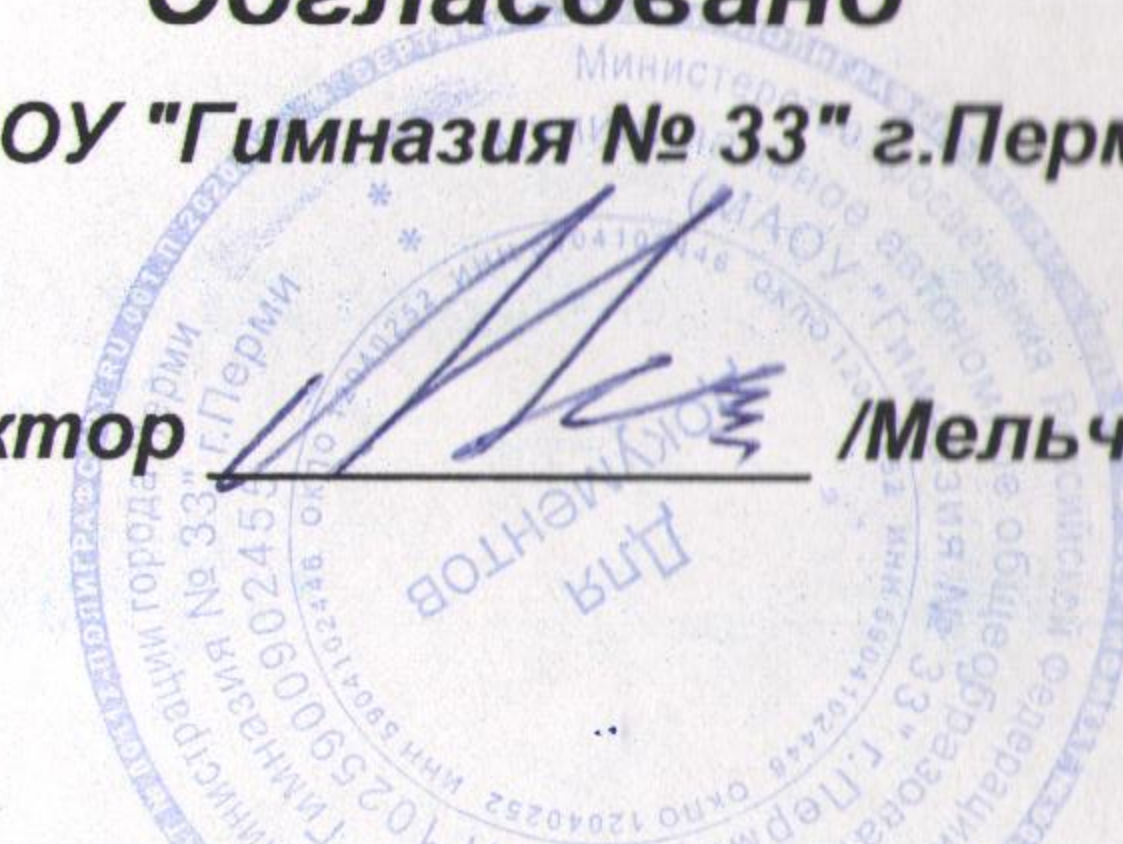
Директор  /Сычева Н.Д./

"Согласовано"

МАОУ "Гимназия № 33" г.Перми

Директор  /Мельчакова Н.Я./

Меню на 09.06.2023 года (День 7)



ЛДО 2-х разовое питание детей 12-18 лет

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 (12-18 лет) (День 7, )**

№21/ЕСТ Н2018/5	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,12	1,17	8,08	11,18	122,14	0,05	0,06	4,49		24,39	49,54	34,12	0,64
№267/ЕС ТН2018/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	200	0,47	18,04	25,02	4,72	316,15	0,12	0,67	0,69	358,15	173,41	315,36	26,71	3,24
№461/ЕС ТН/2018/	ЧАЙ КАРКАДЕ	200	1,50		0,01	15,04	60,25					0,45			0,05
№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
№590/П2 013/5	ПЕЧЕНЬЕ	1/35	2,60	2,63	3,43	26,04	145,53	0,03	0,02		3,50	10,15	31,50	7,00	0,74

Итого по подменю:

8,11 25,79 37,04 81,13 761,57 0,28 0,78 5,18 361,65 219,90 439,90 84,33 5,67

**ОБЕД (12-18 ЛЕТ) (День 7, )**

№2/ЕСТ Н2018	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	0,67	1,36	10,17	6,66	124,14	0,04	0,04	26,51		36,42	33,73	20,71	1,04
№131/Ди ет.сб.М2	СУП-КРЕМ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	1,74	5,54	7,90	17,35	162,64	0,13	0,27	16,25	40,00	200,49	182,45	39,39	0,79
№364/ЕС ТН2018/5	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	120	0,40	17,36	8,66	3,98	163,35	0,07	0,08	4,17	90,00	20,74	139,22	66,98	1,25
№384/ЕС ТН2018/5	РИС ОТВАРНОЙ 200Г	200	5,29	5,06	7,24	52,86	296,84	0,06	0,04		36,00	9,70	110,00	35,75	0,75
№501/ЕС ТН2018/3	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2,40			24,00	96,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
№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 50Г	50	1,87	3,90	0,70	18,65	96,50	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55

Итого по подменю:

305,00 14,79 37,17 35,17 147,65 1056,97 0,46 0,50 50,93 166,00 304,35 575,90 199,83 9,18



Зав. производ. Лоскутова Л.М. /Лоскутова Л.М./

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