



УТВЕРЖАЮ
 Директор школы: В.А. Захарян
 Категория обучающихся - 7-10 лет (нач. школа)

День 2 05.10.2021

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)																	
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe															
ЗАВТРАК																													
261	Макаронны отварные с сыром	150/80	45,000	0,585	31,725	152,100	0,076	0,000	0,000	0,000	0,675	8,550	39,150	7,200	0,720														
	соль		5,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	18,400	3,750	1,100	0,145														
	сыр		30,000	14,200	29,400	90,000	0,060	0,000	0,000	5,200	160,090	4,200	15,650	0,890															
	огурец	30	30,000	0,030	0,750	4,200	0,009	3,000	0,000	0,030	6,900	4,200	12,600	0,180															
	кисель	200	24,000	0,000	3,120	0,000	0,000	0,216	0,000	0,024	1,440	0,720	0,240	0,024															
648	сахар	10,000	10,000	0,000	9,980	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,300	0,000	0,000	0,030															
	Хлеб пшеничный	40	40,000	0,640	39,360	5,000	0,088	0,000	0,000	0,880	16,000	52,000	11,200	0,880															
	батончик злаковый	30	30,000	15,815	85,975	487,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000															
стоимость 66 рублей 10 копеек			214,000	31,270	200,310	738,300	0,233	3,216	0,000	6,809	211,680	104,020	47,990	2,724															