

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: В.А. Захарян

Категория обучающихся - 11-18 лет

соц защита и платное питание

День 1 11.10.2021

№ рецепта	Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Фс	
ЗАВТРАК														
261 413	Макаронные с сарделькой говяжьей	200/100	45,000	0,585	31,725	152,100	0,076	0,000	0,000	0,675	8,550	39,150	7,200	0,720
	макаронны		4,950	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	18,400	3,750	1,100	0,145
	соль		100,000	18,200	1,300	215,000	0,040	0,000	0,000	0,400	26,000	131,000	16,000	18,000
	сарделька		50,000	0,050	1,250	7,000	0,015	5,000	0,000	0,050	11,500	21,000	7,000	0,300
	огурец	50	4,000	1,976	0,544	22,360	36,000	0,184	0,000	0,008	3,040	13,240	11,280	0,580
693	какао	200	100,000	2,900	4,800	54,000	0,040	1,300	20,000		120,000	90,000	14,000	0,100
	молоко		20,000	0,000	19,960	79,800	0,000	0,000	0,000		0,600	0,000	0,000	0,060
	сахар		22,360	0,800	49,200	235,000	0,110	0,000	0,000	1,100	20,000	65,000	14,000	1,100
	Хлеб пш.	40	346,360	24,111	108,779	765,260	36,281	6,484	20,000	1,550	208,090	363,140	70,580	21,005
стоимость 47рублей 50 копеек														

