

Директор школы:
В.А.Захарян

День 6 12.10.2022

12.10.2022

№ рецепта	Прием 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	I ^г	Fe		
ЗАВТРАК																
326	Картофельное пюре со сливочным маслом, котлета мясная	200/100	картофель	225	4,5	0,9	36,675	173,25	0,27	45	0	0,225	22,5	130,5	51,75	2,025
Слив.масло			5	0	4,1	0,05	37,5	0	0	29,5	0,05	1	0	0		
соль			5	0	0	0	0	0	0	0	18,4	3,75	1,1	0,145		
Мясо гов.			50	9,3	8	0	109	0,03	0	0,2	405	94	11	1,35		
мука			3	0,34	0,039	2,097	10,02	0,005	0	0,0045	0,54	2,58	0,48	0,036		
632	лук	5	0,07	0,01	0,41	2,05	0,002	0,5	0	0,01	0	0	0			
	Раст.масло	5	0	4,995	0	44,95	0	0	2,2	0,1	0	0	0			
	Соль	3	0	0	0	0	0	0	11,04	2,25	0,66	0,087				
	какао	4	0,54	1,976	0,544	22,36	36	0,184	0	0,008	13,24	11,28	0,58			
102	Какао с молоком	200	молоко	100	2,9	2,5	4,8	54	0,04	1,3	20	120	90	14	0,1	
			сахар	15	0	0	0,998	59,85	0	0	0,45	0	0	0,003		
			Хлеб пш.	40	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	1,1	20	65	14	1,1	
	Хлеб пшеничный	40		460	24,91	23,281	94,774	747,98	36,427	46,984	49,5	3,7975	601,02	402,52	104,27	5,426
		СТОИМОСТЬ 34 рубля 91 копейка														