

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: В.А.Захарян

Категория обучающихся - 11-18 лет соц защита и платное питание

День 1 27.10.2021

№ рецеп	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	Fe	
ЗАВТРАК														
261 413	Макаронные отварные 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
			5,000	0,000	0,000	0,000	0,000		18,400	3,750	1,100	0,145		
			100,000	18,200	1,300	215,000	0,040	0,000	0,400	26,000	131,000	16,000	18,000	
693	Огурец свежий какао	50	50,000	0,400	1,250	7,000	0,015	5,000	0,000	0,050	11,500	21,000	7,000	0,300
		200	4,000	1,976	0,544	22,360	36,000	0,184	0,000	0,008	3,040	13,240	11,280	0,580
			100,000	2,900	4,800	54,000	0,040	1,300	20,000	120,000	90,000	14,000	0,100	
	Хлеб пшеничный		20,000	0,000	19,960	79,800	0,000	0,000	0,000		0,600	0,000	0,000	0,060
		40	22,360	0,800	49,200	235,000	0,110	0,000	1,100	20,000	65,000	14,000	1,100	
			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 47 рублей 50 копеек														