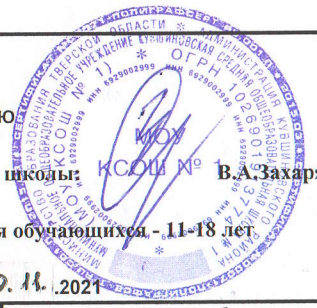

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: В.А.Захарян

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

День 3 10.11.2021

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	M§	Fc
ЗАВТРАК																
297 437	Г реча отварная, гуляш	200/75	греча	50,000	5,670	1,485	25,695	138,600	0,193	0,000	0,000	0,360	9,000	134,100	90,000	3,015
			Мясо гов.	60,000	9,672	8,320	0,000	113,360	0,031	0,000	0,000	0,208	4,680	97,760	11,440	1,404
			лук	21,000	0,294	0,042	1,722	8,610	0,010	2,100	0,000	0,042	6,510	12,180	2,940	0,168
			мука	4,000	0,432	0,052	2,796	13,360	0,006	0,000	0,000	0,060	0,720	3,440	0,640	0,048
			соль	5,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		18,400	3,750	1,100	0,145
			Раст.масло	8,000	0,000	7,992	0,000	71,920	0,000	0,000	0,000	3,520	0,000	0,160	0,000	0,000
692	Кофейный напиток		молоко	200,000	2,900	2,500	4,800	54,000	0,040	1,300	20,000		120,000	90,000	14,000	0,100
			Кофейный напиток	2,400	2,900	2,900	14,900	94,000	0,030	0,520	0,000	0,000	105,800	0,000	12,180	0,100
			сахар	10,000	0,000	0,000	9,980	39,900	0,000	0,000	0,000		0,300	0,000	0,000	0,300
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пш.	40,000	6,080	0,640	39,360	188,000	0,088	0,000	0,000	0,880	16,000	52,000	11,200	6088,000
стоимость 38 рублей 96 копеек				400,400	27,948	23,931	99,253	721,750	0,398	3,920	20,000	5,070	281,410	393,390	143,500	6093,280