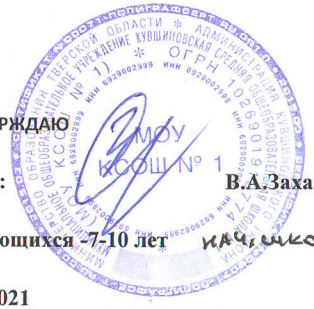

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: **В.А.Захарян**

Категория обучающихся -7-10 лет нач. школа.

День 7 18.11.**.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																
366	Запеканка из творога со сметаной	150/20	творог	115,000	14,960	3,570	12,070		0,042	0,255	17,000	0,765	96,050	155,550	19,550	0,425
			яйцо	0,384	0,049	0,044	0,002		0,000	0,000	0,960	0,002	0,211	1,612	0,046	0,009
			Раст.масло	5,000	0,000	4,995	0,000		0,000	0,000	0,000	2,200	0,000	0,100	0,000	0,000
			Слив.масло	10,000	0,000	8,200	0,100		0,000	0,000	59,000	0,010	0,100	2,000	0,000	0,000
			сахар	15,000	0,000	0,000	14,970		0,000	0,000	0,000		0,450	0,000	0,000	0,450
			мука	15,000	1,620	0,195	10,485		0,025	0,000	0,000	0,225	2,700	12,900	2,400	0,180
			сметана	30,000	0,250	5,000	1,950		0,005	0,005	6,000	0,010	9,000	6,000	1,000	0,000
	бутерброд с колбасой отвар	40	колбаса	40,000	4,700	5,700	13,400	408,000								
948	Кисель	200	кисель	1,000	0,084	0,086	0,530		0,001	0,013	0,300	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000
			сахар	20,000	0,000	0,000	19,960		0,000	0,000	0,000		0,600	0,000	0,000	0,060
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пш.	40,000	6,080	0,640	39,360	75,000	0,088	0,000	0,000	0,880	16,000	52,000	11,200	0,880
стоимость 64рубля 56 копеек				291,384	27,743	28,430	112,827	483,000	0,161	0,273	83,260	4,094	125,111	230,162	34,196	2,004