



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы В.А. Захарян

Категория обучающихся -11-18 лет

соц.защита и платное питание

День 7 18.11.2021

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества (г)			Энерге тическая ценность (ккал.)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Fe		
ЗАВТРАК																
342	Капуста тушеная с мясом	200/100	капуста	250,000	4,500	0,250	11,750	70,000	0,075	112,500	0,000	0,250	120,000	77,500	40,000	1,500
732			лук	18,000	0,252	0,036	1,476	7,380	0,009	1,800	0,000	0,036	5,580	10,440	2,520	0,144
			морковь	13,000	0,169	0,013	0,897	4,550	0,007	0,650	0,000	0,052	3,510	7,150	4,940	0,091
			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
			сахар	5,000	0,000	0,000	4,990	19,950	0,000	0,000	0,000		0,150	0,000	0,000	0,015
			том.паста	20,000	0,960	0,000	3,800	20,400	0,030	9,000	0,000	0,200	4,000	13,600	10,000	0,460
			раст.масло	12,000	0,000	11,988	0,000	107,880	0,000	0,000	0,000	5,285	0,000	0,140	0,000	0,000
			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
			мясо	47,000	14,136	12,160	0,000	165,680	0,045	0,000	0,000	0,304	6,840	142,880	16,720	2,052
			молоко	100,000	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	0,000	105,800	0,000	12,180	0,100	
102	Кофейный напиток	200														
			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 пш.	40,000	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,000	0,000	1,100	20,000	65,000	14,000	1,100
	Хлеб пшеничный	40		526,400	33,849	30,699	104,589	832,100	0,352	125,770	20,000	7,287	405,300	413,900	116,100	6,055
стоимость 40 рублей 00копеек																