



УТВЕРЖДАЮ
 В.А. Захарян
 Директор школы:
 Категория обучающихся - 7-10 лет (НАЧ. ШКОЛ)

День 9.02.2021

№ рец	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	Мg	Fe				
ЗАВТРАК																		
326 512	Картофельное пюре с соевской отварной	180/100	205,200	0,700	28,525		0,210	35,000	0,000	0,175	17,500	101,500	40,250	1,575				
	картофель		5,000	0,100	0,050		0,000	0,000	29,500	0,050	0,000	1,000	0,000	0,000				
	Слив.масло		5,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000		18,400	3,750	1,100	0,145				
	соль		100,000	0,000	0,000		0,010	0,000	0,000	0,000	10,760	0,000	6,260	0,750				
	сосиска		5,000	4,995	0,000	2,227	0,000	0,000	0,000	2,200	0,000	0,100	0,000	0,000				
	Раст.масло		180,000	0,000	93,550	113,000												
	печенье	180																
692	Кофейный напиток	200	100,000	2,900	4,800		0,040	1,300	20,000		120,000	90,000	14,000	0,100				
	кофейный напиток		2,400	2,900	14,900		0,030	0,520	0,000	0,000	105,800	0,000	12,180	0,100				
	сахар		10,000	0,000	9,980		0,000	0,000	0,000		0,300	0,000	0,000	0,300				
	Хлеб пш.	40	40,000	6,640	39,360	75,000	0,088	0,000	0,000	0,880	16,000	52,000	11,200	0,880				
	Хлеб пшеничный		652,600	25,735	191,565	188,000	0,378	36,820	49,500	3,305	288,810	248,350	84,990	3,850				
стоимость 67 рублей 31 копейка																		