

Утверждаю:

Директор школы: В.А. Захарян

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



День 1 24.12.2021

№ рец	Присл. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Fc		
261 413	Макаронные отварные с сыром	200/100	45,000	0,585	31,725	152,100	0,076	0,000	0,000	0,000	0,675	8,550	39,150	7,200	0,720
	макаронны		45,000												
	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
	сыр		100,000	18,200	1,300	215,000	0,040	0,000	0,000	0,400		26,000	131,000	16,000	18,000
	огурец	50	50,000	0,050	1,250	7,000	0,015	5,000	0,000	0,050		11,500	21,000	7,000	0,300
693	какао	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
	молоко		100,000	2,500	4,800	54,000	0,040	1,300	20,000			120,000	90,000	14,000	0,100
	сахар		20,000	0,000	19,960	79,800	0,000	0,000	0,000			0,600	0,000	0,000	0,060
	Хлеб пшеничный	40	22,360	0,800	49,200	235,000	0,110	0,000	0,000	1,100		20,000	65,000	14,000	1,100
	стоимость 47 рублей 50 копеек		346,360	24,111	108,779	765,260	36,281	6,484	20,000	1,550		208,090	363,140	70,580	21,005

ЗАВТРАК