

УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы: В.А.Захарин
 Категория обучающихся - 7-10 лет (нач.школа)
 День 29.12.2021

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энерге- тическая я ценност ь	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У	В1		С	А	Е	Ca	P	M§	Fe		
ЗАВТРАК																
492 261	Макароны отварные с курицей отварной	150/100	макароны	45,000	4,950	0,585	31,725	0,076	0,000	0,000		8,550	39,150	7,200	0,720	
			соль	5,000	0,000	0,000	0,000	0,000		18,400	3,750	1,100	0,145			
			Слив.масло	5,000	0,000	4,100	0,050	0,000	0,050	0,050	1,000	0,000	0,000			
			Раст.масло	5,000	0,000	4,995	0,000	0,000	2,200	0,000	0,100	0,000	0,000			
			курица	175,000	39,550	29,750	0,000	0,070	2,450	70,000	57,750	273,000	33,250	2,800		
			лук	4,000	0,056	0,008	0,328	0,002	0,400	0,000	1,240	2,320	0,560	0,032		
639 (3)	Напиток «Кофейный» (горячий)	соль	5,000	0,000	0,000	0,000	0,000		18,400	3,750	1,100	0,145				
		Кофе	170,000	1,190	0,170	22,440	0,680	68,000	0,000	0,340	22,100	18,700	0,510			
		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	40,000	6,080	0,640	39,360	0,088	0,000		16,000	52,000	11,200	0,880			
Стоимость: 64 рубля 30 копеек			474,000	51,826	40,248	113,863	0,916	70,850	99,500	2,590	151,590	397,170	73,110	5,292		