



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы:

В.А.Захарян

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

День 7 18.01.22

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У	Y		В1	С	А	Е	Ca	P	Fe	
342	Капуста тушеная с мясом	200/100	250,000	0,250	11,750	70,000	0,075	112,500	0,000	0,250	120,000	77,500	40,000	1,500	
732			18,000	0,036	1,476	7,380	0,009	1,800	0,000	0,036	5,580	10,440	2,520	0,144	
			13,000	0,013	0,897	4,550	0,007	0,650	0,000	0,052	3,510	7,150	4,940	0,091	
			4,000	0,052	2,796	13,360	0,006	0,000	0,000	0,060	0,720	3,440	0,640	0,048	
			5,000	0,000	4,990	19,950	0,000	0,000	0,000		0,150	0,000	0,000	0,015	
			20,000	0,960	3,800	20,400	0,030	9,000	0,000	0,200	4,000	13,600	10,000	0,460	
			12,000	0,000	11,988	107,880	0,000	0,000	0,000	5,285	0,000	0,140	0,000	0,000	
			5,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		18,400	3,750	1,100	0,145	
			47,000	14,136	12,160	165,680	0,045	0,000	0,000	0,304	6,840	142,880	16,720	2,052	
102	Кофейный напиток	200	100,000	2,500	4,800	54,000	0,040	1,300	20,000		120,000	90,000	14,000	0,100	
			2,400	2,900	14,900	94,000	0,030	0,520	0,000	0,000	105,800	0,000	12,180	0,100	
			10,000	0,000	9,980	39,900	0,000	0,000	0,000		0,300	0,000	0,000	0,300	
			40,000	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	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															

ЗАВТРАК