Утверждаю:

Директор школы: В.А. Захарян

МОУ ГПД КСОШ № 1

Категория обучающихся -7-10 лет

День 2 25.01.22.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции			Пищевые вещества (г)			Энерг.я цен-ь (ккал	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	M§	Fc
ОБЕД																
225	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	картофель	133	2,66	0,532	21,679	102,41	0,159	26,6	0	0,133	13,3	77,14	30,59	1,197
			лук	12	0,168	0,024	0,984	4,92	0,006	1,2	0	0,024	3,72	6,96	1,68	0,096
			морковь	12	0,168	0,024	0,984	4,92	0,007	0,6	0	0,048	3,24	6,6	4,56	0,084
			Рыбные фр.	50	5,9	0,95	3,8	47,5	0,04	0,4	15	0,1	29,5	84,5	17,5	0,55
			Том.пюре	2	0,096	0	0,38	2,04	0,003	0,9	0	0,02	0,4	1,36	1	0,046
			Раст.масло	5	0	4,995	0	44,95	0	0	0	2,2	0	0,1	0	0
405 619	Рис с колбасой отварной	250/80	рис	45	5,67	1,485	25,695	138,6	0,193	0	0	0,36	9	134,1	90	3,015
			Слив. масло	10	0	8,2	0,1	75	0		59	0,1	1	2	0	0
			колбаса	70	11,4	18,2	1,3	215	0,04	0	0	0,4	26	131	16	18
			Раст.м	6	0	5,994	0	53,94	0	0	0	2,64	0	0,12	0	0
					1,25	10	1,7	103	0,015	0,15	75	0,4	45	30	4	0,1
					0,216	0,026	1,398	6,68	0,003	0	0	0,03	0,36	1,72	0,32	0,024
					0	0,164	0,002	1,5	0	0	1,18	0,02	0,02	0,04	0	0
			соль	5	0	0	0	0	0	0	0		18,4	3,75	1,1	0,145
			картофель	106	2,12	0,424	17,278	81,62	0,127	21,2	0	0,106	10,6	61,48	24,38	0,954
1009	чай	200	чай	1	0,001	0	0,007	0,28	0	0	0		0,06	0,04	0,03	0,004
			сахар	15	0	0	14,97	59,85	0	0	0		0,45	0	0	0,045
	Хлеб ржаной	40	Хлеб рж.	40	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	0	1,1	20	65	14	1,1
стоимость 41 рубль 10 копеек				512	37,249	51,818	139,477	1177,21	0,703	51,05	150,18	7,681	181,05	605,91	205,16	25,36