

УТВЕРЖДАЮ



Директор школы: В.А. Захарян

Категория обучающихся - 7-10 лет. ГПД

День: 09.02.2012

№ рецепта	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергия питания (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	В1	С		А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
221	Суп картофельный с горохом	250	20	0,32	9,62	59,8	0,18	0	0,1	17,8	45,2	17,6	1,4					
			66	0,024	10,758	50,88	0,079	13,2	0,066	6,6	38,28	15,18	0,594					
			14	2,24	0	30,52	0,008	0	0,056	1,26	26,32	3,08	0,004					
			12	0,024	0,984	4,92	0,006	1,2	0,024	3,72	6,96	1,68	0,096					
			12	0,012	0,528	4,2	0,007	0,6	0,048	3,24	6,6	4,56	0,084					
			5	4,995	0	44,95	0	0	2,2	0	0,1	64,48	0					
			100	0,72	29,34	12,6	0,216	36	0,18	18	104,4	41,4	1,62					
			12	0,024	0,384	4,92	0,006	1,2	0,024	3,72	6,96	1,68	0,096					
			12	0,012	0,828	4,2	0,007	0,6	0,048	3,24	6,6	4,56	0,084					
			5	9,99	0	89,9	0	0	4,4	0	0,2	0	0					
			5	0	0	0	0	0	0	18,4	3,75	1,1	0,145					
			69	29,75	0	427	0,07	2,45	0,7	57,75	273	33,25	2,8					
			5	0	0	0	0	0	0	18,4	3,75	1,1	0,145					
1024	Кофейный напиток	200	8	0,688	4,24	25,68	0,008	0,104	2,4	0,016	0	0	0,06					
			20	0	19,96	79,8	0	0	0	0,6	0	0	0,05					
			50	1,25	2,4	27	0,02	0,65	10	60	45	7	0,1					
			40	0,8	49,2	235	0,11	0	1,1	20	65	14	1,1					
	Стоимость 38 рублей 99 копеек	455	62,044	50,849	128,242	1101,37	0,717	56,004	82,4	8,962	632,12	210,67	8,278					