



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор школы  
 Категория обучающихся - 7-10 лет (ГЦД)  
 В.А.Захарин

День 1 01.02.22

№ рецепта	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергия (ккал)	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У	В1	С		А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
215	Суп картофельный на мясном бульоне	250	150	0,6	24,45	115,5	0,18	30	0	0,15	15	8,7	34,5	1,35				
			картофель															
			Мясо гов.	4	0	54,5	0,015	0	0	0,1	2,25	47	5,5	0,675				
			морковь	0,156	0,012	0,828	0,007	0,6	0	0,048	3,24	6,6	4,56	0,084				
			лук	0,168	0,024	0,984	0,006	1,2	0	0,024	3,72	6,96	1,68	0,096				
			соль	0	0	0	0	0	0	0	18,4	3,75	1,1	0,145				
			Раст.масло	2	1,998	0	0	0	0	0,88	0	0,04	0	0				
			макаронны	45	0,585	31,725	152,1	0,076	0	0,675	8,55	39,15	7,2	0,72				
			соль	5	0	0	0	0	0	0	18,4	3,75	1,1	0,145				
			сыр	34	14,2	29,4	284	0,06	0,10	5,2	160,09	4,2	15,65	0,89				
			Раст.масло	5	4,995	0	44,95	0	0	2,2	0	0,1	0	0				
			масель	24	0	3,12	12,72	0	0,216	0,024	1,44	0,72	0,24	0,024				
948	Хлеб ржаной	200	40	0	9,98	39,9	0	0	0	1,1	20	65	14	1,1				
			Хлеб рж.	40	0,8	49,2	235	0,11	0	10,401	251,39	185,97	85,53	5,259				
			СТОИМОСТЬ 40 рублей 00 копеек	369	29,324	149,687	965,77	0,454	32,016	10,401	251,39	185,97	85,53	5,259				