



УТВЕРЖДАЮ

В.А. Захарян

Директор школы:

Категория обучающихся - 7-10 лет (ПГД)

День 1 11.02.22

№ рецеп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энерг. и цен- ь (ккал)	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
ОБЕД																	
215	Суп картофельный на мясном бульоне	250	150	3	0,6	24,45	115,5	0,18	30	0	0,15	15	8,7	34,5		1,35	
		картофель															
		Мясо гов. морковь	25	4,65	4	0	0,828	54,5	0,015	0	0	0,1	2,25	47	5,5		0,675
		лук	12	0,156	0,012		0,984	4,2	0,007	0,6	0	0,048	3,24	6,6	4,56		0,084
		соль	12	0,168	0,024			4,92	0,006	1,2	0	0,024	3,72	6,96	1,68		0,096
		Раст.масло	5	0	0		0	0	0	0	0		18,4	3,75	1,1		0,145
690	Рожки отварные с сыром	230	45	4,95	0,585	31,725	152,1	0,076	0	0	0,88	0	0,04	0		0	
		макаронны										0,675	8,55	39,15	7,2		0,72
		соль	5	0	0		0	0	0	0	0		18,4	3,75	1,1		0,145
		сыр	34	8,8	14,2		29,4	284	0,06	0,10	0	5,2	160,09	4,2	15,65		0,89
948	кисель	200	5	0	4,995	0	44,95	0	0	0	2,2	0	0,1	0		0	
		Раст.масло										0,024	1,44	0,72	0,24		0,024
		кисель	24	0	0		3,12	12,72	0	0,216	0		0,3	0	0		0,03
	Хлеб ржаной	40	10	0		9,98	39,9	0	0	0							
		Хлеб рж.	40	7,6	0,8		49,2	235	0,11	0	0	1,1	20	65	14		1,1
СТОИМОСТЬ 40 рублей 00 копеек			369	29,324	27,214	149,687	965,77	0,454	32,016	0	10,401	251,39	185,97	85,53		5,259	