Категория обучающихся -7-10 лет начальная школа

День 9 17.05.2022 -

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции			Пищевые вещества (г)			Энерге тическая	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	M§	Fc
ЗАВТРАК																
326 512	Картофельное пюре с гуляшом мясным	180/100	картофель	205,200	3,500	0,700	28,525		0,210	35,000	0,000	0,175	17,500	101,500	40,250	1,575
			Слив.масло	5,000	0,000	4,100	0,050		0,000	0,000	29,500	0,050	0,050	1,000	0,000	0,000
			соль	5,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000		18,400	3,750	1,100	0,145
			Мясо гов.	60,000	9,672	8,320	0,000		0,031	0,000	0,000	0,20 8	4,680	97,760	11,440	1,404
			лук	21,000	0,294	0,042	1,722		0,010	2,100	0,000	0,04 2	6,510	12,180	2,940	0,168
			мука	4,000	0,432	0,052	2,796		0,006	0,000	0,000	0,060	0,720	3,440	0,640	0,048
			соль	5,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000		18,400	3,750	1,100	0,145
			Раст.масло	8,000	0,000	7,992	0,000		0,000	0,000	0,000	3,520	0,000	0,160	0,000	0,000
	печенье	180	печенье	180,000	0,000	0,000	93,550	113,000								
								276.0								
692	Кофейный напиток	200	молоко	100,000	2,900	2,500	4,800		0,040	1,300	20,000		120,000	90,000	14,000	0,100
			Кофейный напиток	2,400	2,900	2,900	14,900		0,030	0,520	0,000	0,000	105,800	0,000	12,180	0,100
			сахар	10,000	0,000	0,000	9,980		0,000	0,000	0,000		0,300	0,000	0,000	0,300
								109,000								
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пш.	40,000	6,080	0,640	39,360	75,000	0,088	0,000	0,000	0,880	16,000	52,000	11,200	0,880
стоимость 87 рублей 31 копейка				645,600	25,778	27,246	195,683	297,000	0,415	38,920	49,500	4,685	308,360	365,540	94,850	4,865