

МБОУ «СОШ а.Али-Бердуковский имени Дамбекова С.Г.»

И.о. директора школы
/Ф.М. Богатырева/

11.09.2023

11.09.2023

Наименование блюд	Масса порции (г)	пищевые вещества (г)			энергетическая ценность(ккал)	витамины (мг)					минеральные вещества (мг)				
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
обед															
3 Суп лапша домашняя	250	2,3	3,9	13,6	98,8	0,3	1,0	0,0	22,3	53,0	95,4	37,0		2,7	
0 Курица в сметанном соусе	70/50	10,5	15,5	10,8	224,2	0,0	1,6	0,0	0,5	6,1	65,1	14,6		1,7	
2 Каша гречневая	150	5,5	5,3	35,3	211,1	0,2	0,0	21,0	0,1	16,6	134,4	47,3		1,6	
6 Чай с сахаром	200	0,5	0,2	23,1	96,0	0,0	0,9	0,0	0,1	14,2	4,4	5,1		1,0	
5 Хлеб пшеничный	75	5,93	0,75	36,23	175,35	0,08	-	-	0,98	17,25	65,25	24,75		0,84	
Яблоко	100														
Итого	895	25,69	29,1	128,85	879,59	21,67	9	21	25,98	146,75	407,95	153,55		8,34	