

МБОУ «СОШ а. Али-Бердуковский имени Джамбекова С.Т.»

И.о. директора школы

/Ф.М. Богатырева/



22.09.2023

ТК №	Наименование блюд	Масса порции (г)	пищевые вещества (г)	энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)			минеральные вещества (мг)	ТК №	Наименование блюд	Масса порции (г)	пищевые вещества (г)	энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)			энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)
	5 день - Пятница																	
	обед																	
45	Салат из свежей капусты	60	0,5	3,0	3,2	42,0	0,0	22,2	0,0	2,3	54,5	61,8	27,4					
102	Суп из овощей	250	1,9	5,9	12,6	115,2	0,07	10,38	0	2,33	34,85	48,28	20,75				1,3	
279	Котлеты из говядины	80	24,5	31,6	5,4	534,3	0,1	1,4	0,2	0,8	45,2	168,5	20,0				0,78	
302	Рис отварной	150	3,2	6,1	23,3	160,5	0,2	26,0	0,0	0,2	37,0	86,6	27,8				2,1	
463	Соус томатный с овонями	30	0,4	1,2	2,2	21,5	0,0	0,5	0,0	0,0	2,1	3,9	1,6				1,0	
377	Чай с сахаром и лимоном	200	0,5	0,2	23,1	96,0	0,0	0,9	0,0	0,1	14,2	4,4	5,1				0,1	
405	Хлеб пшеничный	75	5,93	0,75	36,23	175,35	0,08	-	-	0,98	17,25	65,25	24,75				0,84	
	Итого	845	37,13	51,85	109,73	1188,05	0,75	58,18	0,5	10,21	225,4	498,43	142,8				9,32	