



МБОУ «СОШ а.Али-Бердуковский имени Джембекова С.Г.»
И.о. директора школы
Ф.М. Богатырева/

03.10.2023

03.12.2023														
ТК №	Наименование блюд	Масса порции (г)	пищевые вещества (г)			энергетическая ценность(ккал)	витамины (мг)		минеральные вещества (мг)					
	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	1,3
37	Борщ с картофеля и белокочанной капустой	250	2,0	6,7	9,3	105,2	0,04	8,54	0,00	1,92	39,78	43,68	20,90	0,98
37	Биточки мясные из говядины	80	9,2	10,0	4,9	151,5	0,03	0,00	0,03	0,12	7,99	105,86	19,07	1,68
202	Макароны отварные	150	5,5	5,3	35,3	211,1	0,00	1,28	0,00	0,40	4,88	52,08	11,68	1,36
227	Соус томатный с овощами	30	0,3	0,8	1,5	14,3	0,00	0,33	0,00	0,00	1,40	2,60	1,07	0,07
463	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,0	48,6	0,00	0,00	0,00	0,00	120,00	8,00	6,00	0,80
300	Хлеб пшеничный	75	4,2	0,4	27,1	129,3	0,0	0,0	0,0	0,6	12,4	47,9	17,9	0,6
115	Итого	725	21,3	23,2	90,2	660,0	0,07	10,16	0,03	2,99	186,43	260,07	76,60	5,44