

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

И.о. директора школы

/Ф.М. Богатырева/

23.11.2023

ТК №	Наименование блюда	Масса порции (г)	пищевые вещества (г)	энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)			минеральные вещества (мг)	ТК №	Наименование блюда	Масса порции (г)	пищевые вещества (г)	энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)			энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)
	4 день - Четверг																	
	<i>обед</i>																	
45	Салат из моркови	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				
86	Свекольник со сметаной	250/10	2,1	6,5	11,1	111,2	0,1	10,7	0,0	2,4	49,7	54,6	26,1	1,2				
229	Рыба туш. в томате с овощами	60/60	9,4	2,0	6,3	160,3	0,0	2,4	0,8	0,8	25,9	70,9	27,0	0,5				
312	Картофельное пюре	150	3,2	6,1	23,3	160,5	0,2	26,0	0,0	0,2	37,0	86,6	27,8	1,0				
354	Кисель фруктовый	200	0,3	0,0	30,8	124,2	0,0	0,5	0,0	0,5	33,6	19,4	15,5	0,7				
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	865	21,33	15,45	112,83	780,55	1,08	41,8	2,8	4,88	252,85	378,25	179,75	6,04				