

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



И.О. директора школы
Ф.М. Богатырева/

07.12.2023

ТК №	Наименование блюда <i>обед</i>	Масса порции (г)	пищевые вещества (г)				энергетическая ценность(ккал)	витамины (мг)				минеральные вещества (мг)			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
9	<i>Салата из моркови</i>	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	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	70/70	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
	<i>Итого</i>	<i>815</i>	<i>21,33</i>	<i>15,45</i>	<i>112,83</i>		<i>780,55</i>	<i>1,08</i>	<i>41,8</i>	<i>2,8</i>	<i>4,88</i>	<i>252,85</i>	<i>378,25</i>	<i>179,75</i>	<i>6,04</i>