

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

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

18.12.2023

ТК №	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
	<i>обед</i>														
45	Суп картофельный с горохом	250	1,9	3,1	10,9	79,0	0,24	0,80	0,00	17,80		42,42	76,34	29,62	2,14
45	Котлеты припущенные из птицы	80	9,5	10,7	6,7	159,5	0,05	0,45	0,08	1,73		32,45	44,67	11,45	0,95
302	Пшено отварной	150	8,7	5,4	45,0	263,8	0,2	0,0	0,0	0,0		14,8	203,9	135,8	4,6
349	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,0	27,9	113,8	0,0	0,7	0,0	0,5		32,5	23,4	17,5	0,7
282	Хлеб пшеничный	75	3,8	0,3	24,7	117,5	0,00	0,00	0,00	0,50		11,25	43,50	16,25	0,50
338	Фрукты	100													
	<i>Итого за завтрак</i>	865	20,2	18,6	102,0	658,5	0,46	13,15	20,98	####		130,10	279,60	107,08	8,10