

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



Директор школы
Ф.М. Богатырева/

25.01.2024

ТК №	Наименование блюда	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>														
9	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	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	70/50	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	795	21,33	15,45	112,83		780,55	1,08	41,8	2,8	4,88	252,85	378,25	179,75	6,04