

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



12.02.2024

ТК №	Наименование блюд	Масса порции (г)	пищевые вещества (г)	энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)	минеральные вещества (мг)						
	<i>обед</i>											
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		
103	Суп лапша домашняя	250	2,3 3,9 13,6	98,8	0,3 1,0	0,0 22,3	53,0	95,4	37,0	2,7		
290	Курица в сметанном соусе	50/30	10,5 15,5 10,8	224,2	0,0 1,6	0,0 0,5	6,1	65,1	14,6	1,7		
302	Каша гречневая	150	5,5 5,3 35,3	211,1	0,2 0,0	21,0	16,6	134,4	47,3	1,6		
349	Компот из свежих фруктов	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		
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	755	25,69 29,1 128,85	879,59	21,67 9	21	25,98	146,75	407,95	153,55	8,34	