

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

Директор школы
/Ф.М. Богатырева/

09.04.2024

TK №	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>														
	Зелёный горошек	60	2	0	2	22									
82	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2,2	4,5	12,0	97,0	0,0	22,2	0,0	2,3	54,5	61,8	27,4	1,3	
268	Биточки мясные из говядины	90	11,5	13,4	9,6	202,0	0,0	0,0	0,0	0,1	9,3	123,5	22,3	2,0	
309	Макароны отварные	150	5,5	5,3	35,3	211,1	0,2	0,0	21,0	0,1	16,6	124,4	47,3	1,6	
355	Соус томатный с овощами	30	0,4	1,2	2,2	21,5	0,0	0,5	0,0	0,0	2,1	3,9	1,6	0,1	
376	Чай с сахаром	200	0,5	0,2	23,1	96,0	0,0	0,9	0,0	0,1	14,2	4,4	5,1	1,0	
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	26,53	28,35	121,63	844,95	0,28	45,8	21	5,88	168,45	445,05	155,85	8,14	