

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

18.04.2024

Директор школы
Ф.М. Богатырева/

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
	обед														
	Салат из свеклы	60					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
279	Тефтели из птицы	90	24,5	31,6	5,4	534,3	0,1	1,4	0,2	0,8		45,2	168,5	20,0	2,1
302	Макароны отварные	150	5,5	5,3	35,3	211,1	0,2	0,0	21,0	0,1		16,6	134,4	47,3	1,6
344	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	865	26,53	30,15	125,53	876,95	0,38	34,1	21	6,38		181,95	466,85	166,95	7,74