

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

Директор школы
/Ф.М. Богатырева/

30.09.2024

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>														
	Яблоко	100													
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	
	Итого за завтрак	825	20,2	18,6	102,0	658,5	0,46	13,15	20,98	####	130,10	279,60	107,08	8,10	