

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



Директор школы  
Ф.М. Богатырева/

07.11.2024

| ТК<br>№ | Наименование<br>блюда           | Масса<br>порции<br>(г) | пищевые вещества (г) |              |                | энергетическая<br>ценность(ккал) | витамины (мг) |             |           |             |               | минеральные вещества (мг) |               |             |
|---------|---------------------------------|------------------------|----------------------|--------------|----------------|----------------------------------|---------------|-------------|-----------|-------------|---------------|---------------------------|---------------|-------------|
|         |                                 |                        | Белки,<br>г          | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г |                                  | B1            | C           | A         | E           | Ca            | P                         | Mg            | Fe          |
|         | <b>обед</b>                     |                        |                      |              |                |                                  |               |             |           |             |               |                           |               |             |
|         | Салат из<br>свеклы              | 60                     | 1,1                  | 8,6          | 7,1            | 121                              |               |             |           |             |               |                           |               |             |
| 86      | Свекольник<br>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<br>птицы с<br>соусом | 110                    | 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<br>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<br>свежих<br>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<br>пшеничный               | 75                     | 5,93                 | 0,75         | 36,23          | 175,35                           | 0,08          | -           | -         | 0,98        | 17,25         | 65,25                     | 24,75         | 0,84        |
|         | <b>Итого</b>                    | <b>855</b>             | <b>26,53</b>         | <b>30,15</b> | <b>125,53</b>  | <b>876,95</b>                    | <b>0,38</b>   | <b>34,1</b> | <b>21</b> | <b>6,38</b> | <b>181,95</b> | <b>466,85</b>             | <b>166,95</b> | <b>7,74</b> |