

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



Директор школы
Ф.М. Богатырева/

19.12.2024

ТК №	Наименование блюд	Масса порции (г)	пищевые вещества (г)			энергетическая ценность(ккал)	витамины (мг)					минеральные вещества (мг)		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	обед													
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	2	11	0,6	1,3	1,6	1,4	2,3	12
102	Суп гороховый	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
307	Котлеты из птицы припущен	80	12,5	14,2	8,6	212,7	0,1	0,6	0,1	2,3	43,3	59,6	15,3	1,3
312	Каша пшеничная	150	3,2	6,1	23,3	160,5	0,2	26,0	0,0	0,2	37,0	86,6	27,8	1,0
376	Компот из сухофруктов	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	24,43	27,65	115,13	802,75	1,18	40	2,1	6,38	270,25	366,95	168,05	6,84