

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

Директор школы
/Ф.М. Богатырева/

06.03.2025

ТК №	Наименование блюда	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																
	Кукуруза консер.	30															
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 говядины с 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	Макаронные 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			
	Хлеб пшеничный	75	5,93	0,75	36,23	175,35	0,08	-	-	0,98	17,25	65,25	24,75	0,84			
405	Итого	855	26,53	30,15	125,53	876,95	0,38	34,1	21	6,38	181,95	466,85	166,95	7,74			