

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

Директор школы
Ф.М. Богатырева/



05.05.2025

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		
	обед															
	Яблоко	100														
	Суп															
45	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		
	Котлеты															
45	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		
	Хлеб															
282	пшеничный	75	3,8	0,3	24,7	117,5	0,0	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		