

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

Директор школы
Ф.М. Богатырева/

23.05.2025

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	Ca	P	Mg	Fe	
	обед														
	Огурцы соленные	30	0	0	1,38	5,4									
86	Суп картофельный с горохом	250	1,9	5,9	12,6	115,2	0,07	10,38	0	2,33	34,85	48,28	20,75	0,78	
288	Котлеты из говядины	80	11,5	13,4	9,6	202,0	0,0	0,0	0,0	0,1	9,3	123,5	22,3	2,0	
309	Макароны 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	
376	Чай с сахаром	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	825	26,53	30,15	125,53	876,95	0,38	34,1	21	6,38	181,95	466,85	166,95	7,74	