

МБОУ «СОШ а.Али-Бердуковский имени Джамбекова С.Г.»															Начальник лагеря <i>А.М.Ж.</i> /Ж.Х. Сатучиева/														
03.06.2025																													
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															
	Завтрак																												
	Каша манная	200/5	9,50	16,95	65,10	450,00																							
	Кофейный напиток	200	2,01	2,39	25,65	131,87																							
	Хлеб ржаной	50	3,03	0,60	17,10	90,50																							
	Банан	100																											
	Обед																												
	Огурцы свежие	50	0,40	-	1,70	8,00																							
	Помидоры свежие	50	0,60	0,10	2,30	13,00																							
	Борщ со свеклой и капустой	250/10	3,20	10,00	24,60	200,00																							
	Котлеты говяжьи с соусом	80/30	14,80	19,40	22,20	322,00																							
	Каша гречневая рассыпчатая	150	10,0	8,37	54,59	332,00																							
	Компот яблочный	200	0,20	-	29,00	117,00																							
	Хлеб пшеничный	100	7,70	3,00	49,83	262,00																							