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

**Начальник лагеря**
**_____/Ж.Х. Сатучиева/**

**16.06.2025**

| ТК № | Наименование блюд | Масса порции (г) | пищевые вещества (г) | | | энергетическая ценность(ккал) | витамины (мг) | | | | минеральные вещества (мг) | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | B1 | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| | **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | |
| | Масло сливочное | 10 | 0,10 | 8,20 | 0,10 | 75,00 | | | | | | | | |
| | Сыр российский | 5 | | | | | | | | | | | | |
| | Чай сладкий с лимоном | 200 | 2,01 | 2,39 | 25,65 | 131,87 | | | | | | | | |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,03 | 0,60 | 17,10 | 90,50 | | | | | | | | |
| | **ИТОГО:** | | **15,24** | **15,00** | 101,84 | 603,2 | | | | | | | | |
| | **Обед** | | | | | | | | | | | | | |
| | Помидоры, огурцы свежие | 100 | 1,00 | 0,10 | 4,00 | 21,00 | | | | | | | | |
| | Суп картофельный с горохом | 250 | 8,20 | 8,60 | 38,00 | 262,00 | | | | | | | | |
| | Гуляш из говядины | 50/50 | 15,40 | 6,40 | 3,70 | 134,00 | | | | | | | | |
| | Макароны отварные | 150 | 7,14 | 6,43 | 38,10 | 239,20 | | | | | | | | |
| | Сок яблочный | 200 | 0,20 | - | 29,00 | 117,00 | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 7,70 | 3,00 | 49,83 | 262,00 | | | | | | | | |
| | **ИТОГО:** | 1365 | **33,69** | **20,17** | **181,07** | **1048,49** | | | | | | | | |