

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

Начальник лагеря
 Ж.Х. Сагучиева/

17.06.2025

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	Са	Р	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								
	Сок яблочный	200	0,20	-	29,00	117,00								
	Хлеб пшеничный	100	7,70	3,00	49,83	262,00								