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

Начальник лагеря
_____/Ж.Х. Сатучиева/

25.06.2025

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													
	Каша геркулесовая молочная	200/5	8,00	14,93	73,30	460,00								
	Сыр российский	10												
	Кофейный напиток	200	2,01	2,39	25,65	131,87								
	Хлеб ржаной	50	3,03	0,60	17,10	90,50								
	Обед													
	Суп лапша домашняя	250	2,3	3,9	13,6	98,8								
	Курица тушенная в томатном соусе	60/50	27,80	31,00	7,60	420,00								
	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								
	Помидоры, огурцы свежие	100	1,00	0,10	4,00	21,00								
	Итого	1375	65,47	70,91	310,28	2160,07								