МАОУ "СОШ" рп Теплая Гора Сп школа рп Старый Бисер (дошкольная группа)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
			B1	C	A	Б	Ж	У	Ca	Mg	P	Fe	
23.12.2022													
Завтрак													
Суп молочный рисовый	200	136	0.04	0.6	4	5	5	17	165	25	146	0.2	
Кофейный напиток	200	580			-	20	5	116			3	1.0	
Хлеб.масло	30\5	134	0.03		5	2	9.0	12	8	8	25	0.5	
Обед	-												
Суп пюре с картоф	200	140	0.1	6	110	3	4	20	70	30	237	1.0	
Котлета мясн	70	261	0.4	-	0.3	12	22.600	2.500	14.500	20	132	1.400	
Рожки отв	100	98	0.4		-	3	0.4	20	8.0	7	7	0.5	
Компот из кураги	200	62	0.02	0.4	159	1.400		13.600	52.5	30	38	1	
Хлеб пшеничн	60	95	0.02	0.1	-	2		18	83	27	85	2.400	
Ужин													
Салат картоф зелен горош	**100**	**73**	**0.03**	**11.0**	**36**	**0.6**	**7.0**	**2.100**	**15**	**15**	**29**	**0.4**	
Яйцо вареное	40	63	0.03	-	10	5	4	0.3	22.0	5	77	1	
Сок	200	92	0.02	4		1	0.2	20	14	8	14	2.800	
итого	1455	1917	1.090	22.700	326.3	55.7	63.3	269.5	495	187	840	13.700	

Директор школы Н.А.Толокнова