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	
11.01.23г													
Завтрак													
каша гречневая	200	198	0.2	-	0.4	7	4	34	17	102	164	3.800	
Кофейный напиток	200	580			-	20	5	116			3	1.0	
Хлеб, масло	30\5	134	0.03	-	5	2	9	12	8	8	25	0.5	
Обед													
Суп крестьянский	200	72	0.05	4	3	7	2	6	24	18	44	1.0	
тефтели мясная	70\30	158	0.05	7.600	100	10	9	10	27	20	117	1.600	
Рис отварной	100	130		-	-	5	0.4	57	6.0	26	74	1	
Компот кураги	200	62	0.02	0.4	59	1.400	-	13.600	52.5	30	38	0.48	
Хлеб пшеничн	60	164	0.4	0.2	-	6	2.600	26	125	41	129	3.600	
Ужин													
Котлета картоф	**130**	189	0.1	15	10	**4**	**13**	**17**	27	25	82	1	
Чай	**200**	**56**				**0.2**		**14**	**6**	**3**	**4**	**0.4**	
Печенье	40	55	0.06	0	0	4	10	36		0	0	1.600	
итого	1625	1798	0.91	27.20	177.4	66.6	55	341.6	292.5	255	680	16.800	

Директор школы Н.А.Толокнова