Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Старый Бисер

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
			B1	C	A	Б	Ж	У	Ca	P	Mg	Fe	
26.09.2022г													
обед													
Щи из свеж.капусты	250	82	0,05	23	125	2,5	5	8,5	61	52	25,7	1	
Плов	220	314,6	0	0,9	2	12,3	8	47	10,7	60	10	0,4	
Чай	200	56	0	0	0	0,2	0	14	6	4	3	0,4	
Хлеб	90	142	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Бутерброд/масло/сыр	40/10/20	200	0,07	0,14	84	8	11	15	216	203	34	2	
Яблоко	170	80	0,05	17	8	0,7	0,7	17	27	19	15	3,7	
Всего	1000	874,6	0,17	41,2	219,4	27,7	24,7	129,5	445,7	467	128,7	11,1	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора Н.А.Толокнова