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)				№ рецепту-ры блюда
			B1	C	A	Б	Ж	У	Ca	P	Mg	Fe	
21.12.2022г 1 ступ													
обед													
Суп крестьянский	250	139	0,07	11	149	9	6	11	33	121	30	2	
Рис отварной	150	116	0,03	0	0	3,3	0,7	37	15	76	27	0,6	
Тефтели мясные	70/30	158	0,05	7,6	100	10	9	10	27	117	20	1,6	
Компот из кураги	200	62	0,02	0,4	59	1,4	0	13,6	52,5	38	30	1	
Хлеб	60	142	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Сок	200	190	0.06	18	30	2	0,6	40	15	50	80	1	
Всего	960	807	0,63	37.2	338	29,7	16.3	139.6	287.5	531	228	9.8	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецепту-ры блюда
			B1	C	A	Б	Ж	У	Ca	P	Mg	Fe	
21.12.2022г 2 ступ													
обед													
Суп крестьянский	250	139	0,07	11	149	9	6	11	33	121	30	2	
Рис отварной	150	116	0,03	0	0	3,3	0,7	37	15	76	27	0,6	
Тефтели мясные	70/30	158	0,05	7,6	100	10	9	10	27	117	20	1,6	
Компот из кураги	200	62	0,02	0,4	59	1,4	0	13,6	52,5	38	30	1	
Хлеб	90	142	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Печенье	30	3	0	2	2	0,5	0,03	0,5	8	8	5	0,2	
Сок	200	92	0,02	4	0	1	0,2	20	14	14	8	2,8	
Всего	1020	712	0,59	25,2	310	29,2	15,93	120,1	274,5	503	161	11,8	

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