СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Старый Бисер

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				B1	C	A	Б	Ж	У	Ca	P	Mg	Fe	
09.03.23г 1 ступ														
кукуруза	**40**	**25**	**8.90**	**0.1**	**12**	**25**	**2**	**0**	**4**	**10**	**50**	**15**	**0.1**	
Рассольник	250	101	17.67	0,1	16	50	2,2	4	14,7	40	76	34	1,2	
Картофел пюре	150	170	11.85	0,15	9	57	3	6,3	25	36	68	27	0,5	
Рыба жареная	90	145	24.36	0,1	8,5	49	12	8	7	21	115	25	0.7	
Кисель	200	110	6.48	0	1,4	4	0,1	0,04	29	10	8,6	1,6	0,2	
Хлеб	60	95	3.50	0	0,1	0.3	3	0	18.6	32	86	13	0.7	
Коржик	75	264	19.00	0	0.7	75	6	4	50	6	4	3	0	
Всего	865	910	91.76	0.45	47.7	260.3	28.3	22.34	148.3	155	407.6	118.6	3.4	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				B1	C	A	Б	Ж	У	Ca	P	Mg	Fe	
09.03.23г 2 ступе														
Рассольник	250	101	17.67	0,1	16	50	2,2	4	14,7	40	76	34	1,2	
Пюре картоф	150	170	11.85	0,15	9	57	3	6,3	25	36	68	27	0,5	
Рыба жареная	100	145	24.36	0,1	8,5	49	12	8	7	21	115	25	0.7	
Кисель	200	110	6.48	0	1,4	4	0,1	0,04	29	10	8,6	1,6	0,2	
Хлеб	90	142	5.31	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Коржик	75	264	19.00	0	0.7	75	6	4	50	6	4	3	0	
мандарин	130	69	18.22	0	27	3	1	4	17	40	20	13	0.3	
Всего	995	1001	102.89	0.75	62.8	238	28.3	26.3	170.7	278	420.6	144.6	6.5	

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