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	
21.03.2023г 1 ступ														
обед														
Свекольник	250	76	15.14	0,07	9	33	4	2,5	10	28	45	21	0,8	
Домашнее жаркое	220	545	31.52	0,2	22	44	35	30	34	44	450	87	6,4	
Компот из с\фр	200	45	4.57	0	2.8	5	0.3	0,1	1.8	16	24	13	0,3	
Хлеб	60	95	3.50	0	0,1	0.3	3	0	18.6	32	86	13	0.7	
Булочка	100	367	20.60	0,4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2,9	
Яблоко	150	80	16.43	0,05	17	8	0,7	0,7	17	27	19	15	3.7	
Всего	980	1208	91.76	0.72	52.1	95.3	52.4	44.9	137.4	233	718	173	14.8	

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	
21.03.2023г 2 ступ														
Соленый огурец	**20**	**27**	**3.69**	**0**	**2**	**2**	**0.5**	**0.03**	**0.5**	**8**	**8**	**5**	**0.2**	
Свекольник	250	76	15.14	0,07	9	33	4	2,5	10	28	45	21	0,8	
Домашнее жаркое	250	545	37.15	0,2	22	44	35	30	34	44	450	87	6,4	
Компот из с\фрук	200	45	4.57	0	2.8	5	0.3	0,1	1.8	16	24	13	0,3	
Хлеб	90	142	5.31	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	100	367	20.60	0,4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2,9	
Яблоко	150	80	16.43	0,05	17	8	0,7	0,7	17	27	19	15	3.7	
Всего	1060	1282	102.89	1,12	54	97	53.9	44.9	147.3	334	769	206	17.9	

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