СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы 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	
27.02.2023.1 ступень														
Суп картоф. с вер	250	124	7.76	0,07	17,4	0	3	3	22	17,8	0,1	0	1	
Кура отварная	70	243	28.42	0,1	0	15	27	6	0	14	150	21	1,2	
Греча	150	176	8.26	0,2	0	0	6	4	14	17	319	221	2,5	
Чай	200	56	1.65	0	0	0	0,2	0	14	6	4	3	0,4	
Хлеб	60	95	3.50	0,4	0,1	0.3	3	0	18	32	86	13	0.7	
Батон ,масло,сыр	40\10\15	200	19.27	0,07	0.14	84	8	11	15	216	203	34	2	
Йогурт	95	55	22.90	0	0.5	4	4	1	5	120	12	90	0.1	
Всего	890	949	91.76	0.84	18.14	103.3	51.2	25	88	422.80	774.1	382	7.9	

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	
27.02.2023. 2 ступ														
Суп картоф. с вер	250	124	12.52	0,07	17,4	0	3	3	22	17,8	0,1	0	1	
Кура отварная	90	243	32.98	0,1	0	15	27	6	0	14	150	21	1,2	
Греча	150	176	8.26	0,2	0	0	6	4	14	17	319	221	2,5	
Чай	200	56	1.65	0	0	0	0,2	0	14	6	4	3	0,4	
Хлеб	90	142	5.31	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Йогурт	95	55	22.90	0	0.5	4	4	1	5	120	12	90	0.1	
Батон,масло,сыр.	40\10\15	200	19.27	0.07	0.14	84	8	11	15	216	203	34	2	
Всего	940	996	102.89	0.84	18.24	103	52.2	25	98	515.8	817.1	410	10.8	

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