



верж.
дна

ответственная за питание Лушкина Е. Р.



Утверждаю
 директор школы Старостина С. В./

27 января 2023 года

На 11-17 лет

№ ре- птуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины			
			Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. Ценность, ккал	Ca	P	Mg	Fe	B ₁	C	A	E
Завтрак														
	Икра кабачковая консервированная	120	1,1	5,3	4,6	71,4	24,6	9	22,2	0,4		4,2	91,8	
102	Борщ из свежей капусты с мясом говядины	350	7,8	48	15,94	552,3	53	35,5	64,1	2,6	0,29	1	161,8	1,5
304	Макароны отварные с овощами	250	8,73	11,61	75	447	140,76	115,2	392,09	3,59	0,59		0,1	1,5
229	Гуляш с мясом кур	120	7,8	3,96	3,04	84	31,26	38,8	127,18	0,68	0,04	2,98	0,01	
376	Компот из сухофруктов	200	0,07	0,02	15	60	11,1	1,4	2,8	0,28		0,3		
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8
	ИТОГО:	60	1,42	0,16	9,04	42,28	6,1	8,2	24	0,46	0,04			0,2
	ИТОГО:	276	30,02	69,25	142,72	1352,38	276,02	221,3	665,97	8,81	1,06	8,48	253,71	4
ИТОГО:							68,44 руб							

ответственная за питание  Лушкина Е. Р./