

Утверждаю
Директор

МБОУ «Кандаураульская СОШ
им.О.К.Кандаурова»

Арсланбекова Г.Л



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг		
Обед															
СУП -ХИНКАЛ С ГОВЯДИНОЙ	250	11,1	12,1	13,9	208,4	0,00	0,20	0,00	0,80	17,60	14,30	92,20	1,50	105	2008
Каша пшеничная	75	9,9	6,5	7,0	127,3	0,10	0,50	0,00	0,40	48,10	33,40	151,70	1,20	254	2012
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,7	5,9	38,9	223,4	0,00	0,00	0,00	0,30	28,40	27,80	76,10	0,60	304	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,00	0,00	0,00	0,00	8,50	1,80	0,00	0,00	349	2011
ЧУРЕК	40	10,7	4,5	47,5	274,0	0,40	0,20	0,00	0,20	125,00	41,00	129,00	3,60	126	2020
Итого за прием пищи:	715	35,4	29,0	126,7	910,5	0,50	0,90	0,00	1,70	227,60	118,30	449,00	6,90		
Всего за день:		35,4	29,0	126,7	910,5	0,50	0,90	0,00	1,70	227,60	118,30	449,00	6,90		