

Вторник 21.12.2021



Утверждаю:
Директор
Арсланбекова Г.Л.

МБОУ "Кандаураульская СОШ им.О.К.Кандаураура"

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Обед															
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	5,1	8,9	88,4	0,00	17,20	0,00	2,20	44,50	13,20	24,70	0,80	45	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,8	5,4	19,0	147,3	0,30	4,60	0,20	4,10	42,90	33,80	79,70	2,10	102	2011
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	175	17,1	17,8	25,4	329,5	0,00	0,40	0,20	2,90	26,80	34,10	176,50	2,40	244	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:	740	35,1	32,8	120,2	Утвержда- ю: Директор МБОУ	0,70	22,40	0,40	9,40	247,70	123,90	409,90	8,90		
Всего за день:		35,1	32,8	120,2	916,6	0,70	22,40	0,40	9,40	247,70	123,90	409,90	8,90		