

15.03.2023



Утверждаю: Директор ГБОУ СОШ с.Новая Бинарадка

А.С.Кирдянова

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	Энерг. ценность	Вит. В1	Вит. В2	Вит. В3	М.В. Са	М.В. е
93/2	День 7 Каша «Дружба» молочная	200	6,95	8,23	32,92	225,3	0,15	0,35	2,98	280,8	0,69
153/2	Чай с молоком	180	2,418	2,15	18,84	99,67	0,04	0,01	1,4	125	0,962
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05	0,02		6,9	0,6
	Всего за завтрак:		10,78	10,68	66,23	395,45	0,24	0,38	4,38	412,7	3,25
	Второй завтрак:										
	Свежий фрукт	75	0,3	0,3	7,35	33	0,02	0,01	7,5	12	1,65
	Всего за второй завтрак:		0,3	0,3	7,35	33	0,02	0,01	7,5	12	1,65
	Обед:										
33/1	Салат из свеклы	60	0,85	3,65	3,01	56,34	0,01	0,02	5,7	21,09	0,79
57	Борщ с капустой и картофелем	250	1,82	4,91	12,74	102,5	0,04	0,05	10,29	44,38	1,19
	Сметана	5	0,125	1	0,17	10,3	0,002	0,006	0,015	4,3	0,01
70/2	Шницель мясной паровой	70	9,188	9,918	3,93	140,77	0,04	0,093	0,06	8,66	1,74
120/2	Морковное пюре	150	2,165	1,88	16,57	105,757	0,07	0,14	3,08	78,3	0,74
156/2	Компот из кураги	180	0,21	0,07	22,46	85,74	0,002	0,01	0,36	10,7	0,4
	Хлеб ржаной	60	3,3	0,6	16,7	87	0,09	0,04		17,3	1,95
	Всего за обед:		20,028	34,33	92,076	658,911	0,31	0,37	22,045	191,2	7,43
	Уплотненный подлив:										
200	Сырники творожные запеченные	150	22,46	19,08	23,66	350,33	0,09	0,46	0,70	240,2	1,17
128/2	Соус молочный	30	0,61	1,57	2,12	25,14	0	0,04	0,9	19,75	0,06
152/2	Чай с сахаром Конфета шokolадная	180 20	0,156 0,624	0 4,52	14,04 11,84	53,27 55,77	0,007 0,006	0,01 0,012	0,1 0	5,37 5,6	0,8 0,6
	Всего за подлив:		33,857	25,17	51,66	484,513	0,103	0,53	1,7	270,92	2,63
	Всего за день:		42,137	44,47	216,7	1517,56	0,98	1,96	69,8	705,7	19,06

/С/ Кирдянова А.С.