

5.05.2023

Утверждаю: Директор ГБОУ СОШ с.Новая Бинарадка



/А.С.Кирдянова

№№	День / Наименование блюда	Масса порции	В	Ж	У	Энерг. ценность	Вит. В1	Вит. В2	Вит. В3	М.В. Са	М.В. е
256	Твердая запеканка с сухофруктами	150	13.78	13.07	25.17	275.90	0.07	0.34	1.55	209.4	0.84
	Чай с сахаром	200	0.156	0.0	14.04	53.27	0.007	0.010	0.100	4.96	0.82
	Сладкий фрукт	75	0.3	0.1	7.35	33	0.02	0.01	7.5	12	1.65
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	70.5	0.05	0.2		6.9	0.6
	Всего за завтрак:		18.6	14.03	61.16	432.67	0.147	0.74	9.15	233.66	3.07
	Обед Витаминный стол: Дуэт-честно.	5/2	0.00	0.00	0.41	1.538	0.003	0.001	0.500	1.55	0.04
130	Салат из свеклы	60	0.85	3.65	5.01	36.34	0.01	0.02	5.7	21.09	0.79
	Суп картофельный с мясным фаршем/картофель	250	6.63	5.18	15.44	135	0.13	0.11	11.2	29	1.46
228	Голубцы с греческой кашей	300	6.15	7.62	28.74	301.019	0.20	0.16	53.8	80.4	3.37
306	Компот из яблок	180	0.103	0.114	18.7	71.67	0.01	0.007	3.3	5.74	0.77
	Хлеб ржаной	60	3.3	0.6	16.7	87	0.09	0.04		17.3	1.95
	Всего за обед:		17.03	17.16	84.93	552.569	0.431	0.338	76.5	155.28	8.38
	Уплотненный подлив:										
124	Котлета рыбная паровая	70	7.14	2.45	7.88	81.048	0.07	0.08	0.27	39.7	0.58
227	Колбаса тушеная	170	3.005	6.99	13.9	127.1	0.07	0.08	86.2	99.64	1.39
	Конфета шоколадная	20	0.62	4.52	11.84	89.68	0.006	0.001		3.6	0.6
398	Пирожок из шпината	180	0.61	0.25	18.67	81	0.01	0.05	90	19.2	0.57
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	70.5	0.05	0.07		6.9	0.6
	Всего за подавание:		13.95	14.51	66.58	449.33	0.206	0.231	176.47	171.04	3.74
	Всего за день:		62.9	53.33	213.87	1434.569	0.64	2.16	46.8	745.8	15.89