



**Обед для учащихся льготных категорий и ГПД
18.11.2022**

| № рец. по сборнику 2015 г | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | |
|---------------------------|--------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|---------------|------|-----|-----|-------|---------------------------|----|-------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | |
| | | | | | | | | | | | | | | В1 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | |
| ПР | Суп картофельный с крупой | 250 | 2.3 | 2.5 | 15.9 | 95 | - | - | - | - | 135 | | | |
| ПР | Макаронны отварные с сыром | 100 | 0,9 | 12.8 | 0,98 | 123,9 | | | | | | | | |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 3 | 0,38 | 18,4 | 89,06 | 0,04 | - | - | 0,5 | 8,76 | | | |
| ПР | Хлеб ржаной | 22 | 2,9 | 3,0 | 13,9 | 132,1 | | | | | 33,14 | | | 12,58 |
| | Итого | | 35,33 | 34,67 | 67,58 | 793,06 | 0,244 | 8,18 | 0,2 | 3,8 | 469,1 | 540,1 | 6 | 90,49 |

Полдник ГПД

| № рец. по сборнику 2015 г | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, г | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | | Минеральные вещества (мг) | | |
|---------------------------|--------------------------------|-----------------|----------------------|-----|------|--------------------------------|---------------|----|----|----|-----|---------------------------|----|----|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | |
| | | | | | | | | | | | | | | В1 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | |
| ПР | Печенье | 35 | 2.3 | 2.5 | 15.9 | 95 | - | - | - | - | 135 | | | |
| 376 | Чай с сахаром | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0,03 | 10 | - | - | 16 | 11 | - | 9 |