



Обед для учащихся льготных категорий и ГПД

05.12.2022

№ 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	Ca	P	Mg			
			4	5	6	7	8	9									10	11	12
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	-	-	-	-	-	-	-	-
293	Птица жареная(голень)	80	4,8	3,54	0,54	118,6	0,06	1,59	0,02	-	152,2	124,56	21,34						
302	Каша рассыпчатая	100																	
376	Чай с сахаром	200	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,58						
ПР	Хлеб ржаной	20	2,9	3,0	13,9	132,1													
	Итого		35,33	34,67	67,58	793,06	0,244	8,18	0,2	3,8	469,1	540,1	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	Ca	P	Mg			
			4	5	6	7	8	9									10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14						
ПР	Сдоба обыкновенная	50	2,3	2,5	15,9	95	-	-	-	-	135	-	-	-	-	-	-	-	-
376	Чай с сахаром	200	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	8	16	11	9						