

Обед для учащихся льготных категорий и ГПД

08.12.2022

№ 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	Са	Р	Mg	
			4	3											
111	Суп с макарон.изделиями	250	2.3	4	2.5	5	6	15.9	8	9	10	11	12	13	14
281	Плов из птицы	150	4.8		3.54		0.54	118.6	0.06	1.59	0.02	-	152.2	124.56	21.34
376	Чай с сахаром	200	3		0.38		18.4	89.06	0.04	-	-	0.5	8.76	33.14	12.58
ГП	Хлеб ржаной	21	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	Са	Р	Mg	
			4	3											
425	Булочка дорожная	50	2.3		2.5		15.9	95	-	-	-	-	135	-	-
376	Чай с сахаром	200	0.4		0.4		9.8	47	0.03	10	-	-	16	11	9