



11.01.2023г

Обед учащихся льготных категорий и 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	
111	Суп с макаронными изделиями	250	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	11	12	13	14	
248	Рыба отварная	75	9,76	6,21	11,75	142,4	0,048	0,27	0,04	4	34,7	130,96	30,61	
199	Пюре гороховое	100	3,65	5,37	236,68	209,7	0,025	-	-	0,28	1,37	60,95	16,34	
376	Чай с сахаром	200	4,08	3,54	0,54	118,6	0,06	1,59	0,02	-	152,	124,56	21,34	
ПР	Хлеб ржаной	24	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,58	
	Итого		26,69	23,28	77,17	696,76	0,211	12,03	0,125	4,905	433,	485,61	98,62	

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	
1		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	200	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	-	16	11	9	