«УТВЕРЖДАЮ»
Директор _____
В.В.Абрамова

13.01.2023г.

Завтрак 5-9 класс

№ 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		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ТК	Биточек рубленный	75	11,704	31,009	3,179	339,9	0,308	1,012	-	2,86	22	141,482	24,629	2,431
171	Каша рассыпчатая (гречневая)	100	29,75	6	17,3	171	0,21	-	-	0,61	14,82	203,93	135,83	4,56
376	Чай с сахаром	200	0,3	0	74	60	-	2,83	-	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
ПР	Хлеб ржаной	21	8,01	2,68	42,75	250,1								
	Итого													