



07.02.2023г

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		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Ca	P	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	-	-	11	12	13	14	
111	Суп с макаронными изделиями	250	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	4	34,7	130,96	30,61			
248	Котлета рыбная	75	9,76	6,21	11,75	142,4	0,048	0,27	0,04	4	8	60,95	16,34			
199	Пюре гороховое	100	3,65	5,37	236,68	209,7	0,025	-	-	0,28	1,37	124,56	21,34			
376	Чай с сахаром	200	4,08	3,54	0,54	118,6	0,06	1,59	0,02	-	2	33,14	12,58			
ПР	Хлеб ржаной	22	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	485,61	98,62			
	Итого		26,69	23,28	77,17	696,76	0,211	12,03	0,125	4,905	433,					

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		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Ca	P	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	-	-	-	-	-	-	9	
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				