«УТВЕРЖДАЮ»
Директор _____
В.В.Абрамова

# 05.04.2023г.

## Завтрак 5-9класс

| № 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 |
| 248 | Котлета рыбная | 75 | 11,704 | 31,009 | 3,179 | 339,9 | 0,308 | 1,012 | - | 2,86 | 22 | 141,482 | 24,629 | 2,431 |
| 312 | Пюре гороховое | 100\5 | 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** | | | | | | | | | | | | | |