



Обед для учащихся льготных категорий и ГПД

24.04.2023

№ 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	
														Мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2.3	2.5	15.9	95	-	-	-	-	135	-	-	
295	Котлеты рубленые	75	4.8	3.54	0.54	118,6	0,06	1,59	0,02	-	152,2	124,56	21,34	
171	Рис отварной	100	0,9	12,8	0,98	123,9								
376	Чай с сахаром	200	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,58	
ПП	Хлеб ржаной	24	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	
														Мг
1	2	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	

