

Утверждаю

Директор школы

Т.В.Тимофеева



1	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Обед</b>	<b>Обед</b>													
36М	Салат картофельный с сельдью	60	3.02	2.23	7.34	61.73	0.06	9	3.6	0.26	15.22	56.02	19.07	0.6
96 М/ссж	Рассольник ленинградский	200	3.03	4.43	13.79	107.63	0.09	13.44	4.9	1.47	16.68	61.93	22.35	0.87
267К/ссж/330М	Оладьи из печени с морковью с соусом сметанным	90	11.6	8.19	11.81	167.93	0.25	16.22	3979.5	1.78	23.04	191.76	15.33	3.81
302М/ссж	Рис отварной	150	3.81	3.08	40.01	202.95	0.04		14	0.25	5.71	82.16	27.03	0.55
349М/ссж	Компот из сухофруктов	180	0.7	0.05	23.1	96.72	0.02	0.72		0.99	28.8	26.28	18.9	0.62
	Хлеб пшеничный	45	3.56	0.45	21.74	105.75	0.07	0	0	0.59	10.35	39.15	14.85	0.9
	Хлеб ржанопшеничный	25	1.65	0.3	8.55	41.35	0.05		1.5	0.55	8.75	39.5	11.75	0.98
<b>Итого за Обед</b>		<b>750</b>	<b>27.36</b>	<b>18.73</b>	<b>126.33</b>	<b>784.07</b>	<b>0.59</b>	<b>39.38</b>	<b>4003.5</b>	<b>5.88</b>	<b>108.56</b>	<b>496.81</b>	<b>129.28</b>	<b>8.32</b>

