Утверждаю
Директор "Мазоарешевская СОШ"
(Кудряшова А.А.)

№ рец.	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
	9 марта 2022г.												
	Завтрак												
41	Рыбная котлета	45,00	12,48	10,08	16,49	140,40	46,89	53,79	214,61	0,86	0,09	3,02	0,01
39	Пюре картофельное	100,00	4,53	8,35	39,61	164,50	56,88	0,00	0,00	1,62	0,22	35,18	0,00
	Хлеб	40,00	3,80	0,46	19,29	147,84	4,16	4,42	20,13	0,92	0,07	0,00	0,00
	Масло сливочное	11,00	4,17	7,68	36,44	151,34	52,33	0,00	0,00	1,48	0,20	32,37	0,00
	Сок осветленный	160,00	0,89	0,00	9,90	61,85	6,19	0,00	0,00	0,00	0,00	1,77	0,00
	Яблоко	90,00	0,43	0,43	10,05	30,16	10,05	0,00	9,42	2,26	0,02	10,68	0,00
	ИТОГО 1 день :		**26,30**	**27,00**	**131,78**	**696,09**	**176,50**	**58,21**	**244,16**	**7,14**	**0,60**	**83,02**	**0,01**
	Обед												
33	Суп картофельный с курицей	200,00	2,42	1,90	5,21	96,95	17,23	20,74	51,18	0,78	0,09	8,00	0,00
9	Каша пшеничная с маслом	120,00	5,28	3,50	28,22	140,98	0,98	0,02	129,60	1,94	0,09	0,00	0,02
	Масло сливочное	2,00	0,03	3,22	0,45	0,00	0,29	0,00	0,67	0,00	0,00	0,00	18,14
6	Сосиска	50,00	11,22	14,58	7,93	145,42	13,20	11,00	87,45	0,99	0,02	0,00	0,00
	Хлеб	40,00	3,92	0,48	19,88	152,32	4,28	4,56	20,74	0,95	0,07	0,00	0,00
	Сок с мякотью	140,00	0,71	0,00	12,10	53,15	3,50	0,00	0,00	0,14	0,00	2,80	0,00
	Зефир	30,00	2,34	3,84	8,25	85,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого на 1 день:		**25,92**	**27,52**	**82,04**	**674,02**	**39,48**	**36,32**	**289,64**	**4,80**	**0,27**	**10,80**	**18,16**