

Школа: МКОУ "Тухчарская ООШ" 07.10.2022

| № рецептуры | Наименование блюда                          | Масса, г | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | Витамины, мг |      |       |       |       |       |     | Минеральные вещества, мг |  |  |  |  |  |
|-------------|---|----------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------|-------|-------|-------|-------|-----|--------------------------|--|--|--|--|--|
|             |   |          | Б                | Ж            | У             |                               | В1           | А    | С     | Са    | Р     | Mg    | Fe  |                          |  |  |  |  |  |
| 42 2010     | Салат из белокочанной капусты               | 60       | 0,85             | 3,05         | 5,19          | 51,54                         | 0,05         |      | 16,76 | 18,68 | 34,61 | 16,26 | 0,7 |                          |  |  |  |  |  |
| 197 2005    | Рассольник к птербуржский с перловой крупой | 250      | 2,1              | 5,11         | 16,59         | 120,75                        | 0,1          | 7,54 | 26,45 | 71,95 | 25,9  | 0,9   |     |                          |  |  |  |  |  |
| 686 2005    | Компот из кураги                            | 200      | 1,04             |              | 26,69         | 107,44                        |              | 0,41 | 41,14 | 29,2  | 22,96 | 0,6   |     |                          |  |  |  |  |  |
|             | Хлеб ржаной                                 | 40       | 2,64             | 0,48         | 13,36         | 69,6                          | 11,6         | 0,16 | 2,92  |       | 4     | 6,4   |     |                          |  |  |  |  |  |
| 847 2005    | Груша свежая                                | 100      | 0,44             | 0,34         | 10,38         | 47                            | 0,06         | 10   | 12    | 28    | 8     | 0,5   |     |                          |  |  |  |  |  |
|             | <b>ИТОГО:</b>                               |          | <b>25,73</b>     | <b>26,83</b> | <b>109,71</b> | <b>785,87</b>                 |              |      |       |       |       |       |     |                          |  |  |  |  |  |



Муртазаалиев М. Р.