

Школа

МКОУ "Тучарская СОШ"

07.09.2022

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, м				
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Мg	Fe					
14 2010	Помидоры свежие пори.	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,036			15	8,4	15,6	12					
202 2005	Суп картофельный с овощами и мясом	250/25	2,15,35	7,48 3.4	11,69	22,96 51,5	0,14 0,01	5	8,5	32,14 9,75	86,84 35,75	53,78 5	0,9					
244 2015	Плов с мясом	175	9,59	22,94	39,33	380,68		0,01	0,36	8,38		17,1	1,2					
859 2005	Компот из плодов свежих	200	0,2	0,2	22,3	НО	0,26	0,1	20,3	14,72	4,4	5,4	0,2					
1350-2005	Чурек	30	2,88	0,35	17,74	85,63	0,05			7,47	43,47	8,28	0,2					
	ИТОГО:		20,78	34,49	9334	765,23												

Директор

Мартызаалиев М. Р.

