

Школа	МКОУ "Тухчарская ООШ"	13.09.2022								
-------	-----------------------	------------	--	--	--	--	--	--	--	--

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, м				
			Б	Ж	У		В1	А	С	Ca	Р	Mg	Fe					
361 2002	Суп-хинкал с говядиной	250/25/25	4,67 7,37	5,86 0,96	5,9 0,14	99,09 37,5	0,05 0,02	0,01	0,86 0,14	8,96 3,28	78,64 58,25	1 1,72 7,57	2					
54 2005	Лат из свек	100	1,43	6,09	8,36	93,9	0,02	0	9,5	35,15	40,97	20,9	1					
355 2005	Рис отварно	100	2,7	4,39	21,26	135	0,045	0,045	0,113	1,755	89	27,98	0,5					
859 2002	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	22,3	ΠΟ			0,02	12,0	2,4							
1035 2005	Чурек	40	3,84	0,47	23,65	114,12	0,06		10	12	28	8						
	ИТОГО:		34,08	25,82	88,14	728,06	0,20											



Д. В. М. Р.
Муртазаалиев М. Р.