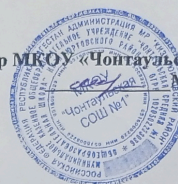


Директор МБОУ «Чойтаунская СОШ №1»
Магомедов А.М.
«14» 01.2023 г.



IV день

№ рец.	наименование блюда Завтрак/обед	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак														
277	Гуляш из говядины	50/50	15,1	15,3	3,5	134								
204	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5	9	30	190					3	21	5	5
943	Чай с сахаром	200/15	0,20		14	56,8					6			2
20	Салат из капусты с горошком	50	1	1	4	43		11		1	20	13	7	
1	Хлеб пшеничный	30	2		14	80								
2	Хлеб ржаной	10	1		3	26								
Итого за завтрак			24,3	25,3	68,5	529,8								
Обед														
39	Суп фасолевый с овощами	200	1,6	2,4	4	108		11			25	36	16	1
282	Котлеты из говядины	80	5	6	4	141		2			42	58	10	
321	Пюре картофельное	150	5	13	36	282					23	126	49	2
943	Чай с сахаром	200/15	0,20		14	56,8		46			6			2
1	Хлеб пшеничный	30	2		14	80								
2	Хлеб ржаной	20	1		7	52								
Итого за обед						719,8								