



Директор МКОУ «Центральный детский сад СОШ №1»
Матомедов А.М.
«17» 01.2023 г.

VI день

№ реп.	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	Мг	Fe	Са	Р	Мг	Fe			
88	Каша молочная манная	150	5	6	20	146		1							139	115	18				
397	Какао с молоком	200	4	5	18	123		2						2	150	124	26			1	
368	Яблоко	100			10	41		10						16	11	9				2	
15	Сыр	30	6	6		106,5								104	72	5					
2	Хлеб ржаной	10	1		3	26															
3	Бутерброд с маслом	35	2	4	15	115							8	28	10					1	
	Итого за завтрак		18	21	66	557,5															
	Обед																				
204	Суп рисовый с говядиной	200	7,18	2,94	11,76	102,26		6,70						21,01			25,93			1,18	
45	Винегрет овощной	100	3	12	17	190		18		4				44	90	37				2	
368	Яблоко	100			10	41		10						16	11	9				2	
397	Какао с молоком	200	4	5	18	123		2						150	124	26				1	
2	Хлеб ржаной	20	1		7	52															
1	Хлеб пшеничный	30	2		14	80															
	Итого за обед		17,18	19,94	77,76	588,26															