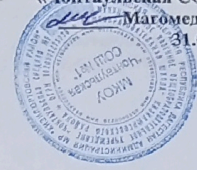


директор ИКОО
«Чонгаульская СОШ№1»
Магомедов А.М.
31.01.2023г



VIII 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	Mg	Fe
Завтрак														
304	Плов из птицы	180	15	21	30	214		3			42	266	71	
397	Какао с молоком	200	4	5	18	123		2			150	124	26	1
368	Яблоко	100			10	41		10			16	11	9	2
1	Хлеб пшеничный	60	4		28	160								
	Итого за завтрак		23	26	86	538								
Обед														
61	Щи из капусты свежей с картофелем	250	2	5	11	94		28			36	54	23	
304	Плов из птицы	180	15	21	30	214		3			42	266	71	
943	Чай с сахаром	200/15	0,20		14	56,8					6			2
1	Хлеб пшеничный	60	4		28	160								
368	Яблоко	100			10	41		10			16	11	9	2
	Итого за обед		21,2	26	93	565,8								