

Директор МДОБУ СОШ  
 с. Туринской  
 А.Ю. Лахостов  
 07.10.2020

День: Неделя 1, четверг Сезон: Осенне-зимний. Возраст 7-11

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
завтрак 7 1 см														
502	Биточки рубленые из цыплят-бройлеров	80	9,6	10,34	6,27	156,22	0,06	1,09	0	0	31,64	0	12,35	0,75
233,07	Соус томатный	40	0,45	1,77	2,68	28,72	0,01	2	70,8	0,1	4,82	6,31	3,44	0,16
302	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55
282,11	Чай витаминизированный *	200	0	0	9,7	39	0,15	10	0	0	0	0	0	0
1,1	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный витаминами (для детского питания)	40	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	0,33	6,0	19,5	4,2	0,33
401,00	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,00	0	45	0,1	2,4	3	0,0	0,02
Итого за завтрак			17,18	24,46	55,02	509,09	0,41	13,09	139,05	0,88	56,50	142,06	95,17	3,81