УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МКОУ «Кировоаульская СОШ»

Элендулаева П.Э.

«21» ноябрь 2022 г.

III день

№ рец.	наименование блюда Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,80	0,09	6,60			19,68	53,32	21,60	0,87
2	Каша гречневая с маслом	160	4,67	4,86	25,83	166	0,11		20		9,40	111,1	73,50	2,49
3	Гуляш из говядины	70	19,72	17,89	4,76	168,20	0,17	1,28			24,36	194,69	26,01	2,32
4	Чай с сахаром	200/15	0,2		14	28		2,86			15,74	7,3	5,96	0,64
5	Хлеб	80	4,05	0,51	30,09	141,15					12	39	8,40	0,66
6	Печенье	40	3,75	4,9	37,2	118,5								
	ИТОГО 3 день		**34,54**	**30,43**	**125,59**	**705,65**								