УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МКОУ «Кироваульская СОШ»

Элендулаева П.Э.

«28» ноябрь 2022 г.

X 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 перловый	200	5,49	5,28	16,33	134,75	0,1	8,33			38,08	87,18	35,3	1,03
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	Вафля	30	0,84	0,99	23,19	106,7								
	ИТОГО 10 день		**34,97**	**29,53**	**114,2**	**744,8**								