Утверждаю

Директор школы С.М. Арсентьева

именовани е блюда	Масс а порц ии, г	Пищевые вещества, г			Энерг. ценност ь, ккал	Минеральные вещества, мг								Витамины, мг						№ Тех н. кар ты
		Белк и	Жиры	Углев.		Ca	Mg	P	K	F	Se	I	Fe	A	B1	B2	PP	D	C	
Обед																				
уруза сервирован отварная	60	1,860	0,120	3,900	24,000	12,000	12,600	37,200	75,300	0,180	0,005	0,000	0,420	0,000	0,066	0,030	0,420	0,000	6,000	49
щ со таной	200	3,080	1,740	5,420	64,980	59,140	24,780	127,220	85,800	0,430	0,000	0,003	0,880	0,020	0,060	6,700	0,880	0,030	9,980	4
тели из дины	90	14,058	12,150	5,481	190,107	12,357	19,530	148,374	165,100	0,500	0,080	0,006	2,304	0,009	0,063	0,135	3,564	0,382	1,080	97
овощное	200	5,000	6,780	19,260	168,420	128,480	50,380	142,880	84,100	0,400	0,010	0,038	1,420	0,120	0,120	0,160	1,620	0,000	11,240	67
б ржаной ано - ничный)	40	2,332	0,400	17,800	75,600	10,132	0,000	0,000	44,000	0,030	0,050	0,003	1,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	100
пот из ких ктов (из ок) аминизиров ый	200	7,760	0,000	17,860	69,380	14,220	4,140	2,140	42,600	0,030	0,000	0,002	0,480	0,000	0,006	0,004	0,060	0,000	3,200	43
ого:	**790**	**26,87**	**21,41**	**67,58**	**598,87**	**231,87**	**110,01**	**458,39**	**477,30**	**1,54**	**0,15**	**0,05**	**0,00**	**0,15**	**0,32**	**7,07**	**6,68**	**0,41**	**188,30**	
ого за день:	**1340**	**46,18**	**48,48**	**125,71**	**1156,22**	**754,30**	**158,48**	**837,98**	**799,80**	**2,32**	**0,17**	**0,06**	**46,18**	**0,68**	**0,60**	**7,70**	**8,48**	**2,98**	**203,65**	