

Утверждено:  
 Директор МБОУ «СШ №2 г. Тоберда  
 им. М.И. Халилова»  
 А.Д. Семёнова



ТК №	Наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
<b>4 день-Четверг</b>																		
<b>обед</b>																		
2	Салат витаминный	60	0.7	6.1	6.9	85.2	0.3	19.0	0.3	5.8	74.8	121.5	42.8	3.5				
56	Суп лапша домашняя	250	2.5	4.9	13.9	109.4	0.1	3.2	0.0	0.4	12.0	24.4	13.2	1.1				
209	Биточки из птицы	80.5	12.5	14.2	8.6	212.7	0.1	0.6	0.1	2.3	43.3	59.6	15.3	1.3				
224	Рис отварной	150	3.9	5.1	40.3	225.2	0.0	0.0	0.0	0.3	1.4	61.0	16.3	0.5				
463	Соус томатный с овощами	30	0.4	1.2	2.2	21.5	0.0	0.5	0.0	0.0	2.1	3.9	1.6	0.1				
282	Компот из свежих фруктов	200	0.5	0.2	23.1	96.0	0.0	0.9	0.0	0.1	14.2	4.4	5.1	1.0				
115	Хлеб пшенично-ржаной	30	2.0	0.4	10.0	52.2	0.1	0.0	0.0	0.3	9.2	42.4	10.0	1.2				
114	Хлеб пшеничный	20	1.5	0.1	9.9	47.0	0.0	0.0	0.0	0.2	4.5	17.4	6.5	0.2				
	<b>Итого</b>	825	23.9	32.2	114.9	849.1	0.5	24.1	0.4	9.4	161.4	334.4	110.8	8.9				

Повар : Герюгова Ф.А.А.