



Утверждаю:

Директор буржунской  
ком. Аманжол М.С. Аманжол

20.12.2022г.

## МКОУ КУРУШСКАЯ СОШ

№ ре- цептуры	Наименование блюд	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины мг			Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe			
<b>2 ДЕНЬ</b>																
<b>Завтрак</b>																
176 2011	Каша рисовая вязкая с изюмом и маслом	200/7	5,92	8,6	41,7	299,36	0,26	81	1,2	37,7	135,1	46,4	0,9			
424 2005	Яйцо отварное	1шт	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0,1		22,0	76,8	4,8	1			
943 1 2005	Чай с сахаром	200	0,2		14	28				6,0			0,4			
1035 2002	Печенье	30	2,88	0,35	17,74	85,63	0,05			7,27	26,08	4,97	0,38			
	Хлеб	20	0,08	0,3	5,7	34,8										
	<b>ИТОГО:</b>		<b>14,18</b>	<b>13,85</b>	<b>79,44</b>	<b>510,79</b>										
<b>ОБЕД</b>																
33 2010	Салат из свекла	60	0,86	3,65	5,02	56,34	0,01		5,7	21,09	24,58	12,54	0,8			
200 2005	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,33	134,75	0,1		8,33	38,08	87,18	35,3	1,03			
608 2005	Котлеты из говядины	1/50	7,78	5,68	17,92	114,38	0,05	14,37	0,075	21,88	83,07	16,07	0,75			
679 2005	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,46	5,61	20,78	230,45	0,28	0,045	12	150,6	218,4	52,7	2,6			
686 2005	Компот из кураги	200	1,04		26,69	107,44			0,41	41,14	29,2	22,96	0,68			
1035 2005	Хлеб	30	2,88	0,35	17,74	85,63										
	<b>ИТОГО:</b>		<b>27,71</b>	<b>22,02</b>	<b>143,03</b>	<b>895,49</b>										
	<b>ИТОГО 2 день</b>		<b>41,99</b>	<b>35,87</b>	<b>222,47</b>	<b>1406,28</b>										