

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОВСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 11 ЯНВАРЯ 2023Г

БЮРЧИЕВ Б.В.

МЕНЮ НА 11 ЯНВАРЯ  
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименование порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У	У	В <sub>1</sub>	С	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
54	Салат из квашенной капусты	3,93	5,3	5,73	158		0,02	25	0	0	41,6	14,2	30,6	0,6
246	Гуляш из говядины (соус красный)	11,04	10,39	23,87	221		0,07	5,07	1,49	0	24,4	95,35	19,22	1,7
54-1г-2020	Макаронные отварные	4,15	8,16	52,36	284,16		0,07	0	22,08	0,2	14,4	49,2	8,64	1,32
54-2гн-2020	Чай с сахаром	0,2	0	14	28		0	6	0	0	11,6	4,12	6,5	0,34
108. пром	Хлеб пшеничный	1,87	0,25	14,75	70,3		0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0
110	Хлеб ржаной	1,4	0,22	9,28	45,8		0,11	0,14	0	0,11	25,55	43,75	14	0,98
	всего	630	22,59	24,32	119,99	807,26	0,27	36,25	23,87	0,31	122,05	213,82	82,76	4,94

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ БЮРЧИЕВ Б.В.

