

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА БОСХАЕВ Д.А.
19 ОКТЯБРЯ 2023 Г

МЕНЮ НА 19 ОКТЯБРЯ 2023
ДЛЯ ОБЗ

№ рец. по сборнику	№, наименование порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б	Ж	У	У	В1	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe
108. пром ый	Каша пшеничная 200	6,71	5,17	18		0,18	0,44	0,13	0,35	213,56	130	25,62	1,31
	Хлеб пшеничный 30	1,87	0,25	14,75		0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0
108. пром ый	Чай с молоком 200	3,52	3,41	14,36		0,05	1,57	24,4	0	152,2	124,5	21,34	0,47
	всего 68	12,1	8,83	47,11		0,23	2,05	24,83	0,35	370,26	261,7	50,76	1,78
	ОБЕД												
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский 200	6,74	5,8	10,62									
54-16м-20	Котлета из индейки рубленной (соус красный основной) 100	9	13,4	20		0,1	5,54	104	0	21	51,4	19,8	2,8
	Макаронные отварные 180	3,46	3,8	30,8		0,14	10,3	32,7	0,08	25	216	101	2,29
54-1г-2020	Компот из смеси сухофруктов 200	0,04	0	24,76		0,06	0	18,4	0,09	12	41	7,2	1,1
108. пром ый	Хлеб пшеничный 30	1,87	0,25	14,75		0,12	0,35	0,12	1,68	28,7	52,6	19,6	0,98
110. пром ый	Хлеб ржаной 20	1,4	0,22	9,28		0,11	0,14	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0
	всего 62	22,51	23,47	110,21		0,53	16,37	155,52	1,96	116,75	411,95	165,4	8,15

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ: БОЧ БОРДИНА Е.В.

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРЖИЕВА" БОСХАЕВ Д.А.
19 ОКТЯБРЯ 2023 Г.



МЕНЮ НА 19 ОКТЯБРЯ
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименование порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)								
		Б	Ж	У	У	А	С	В1	В2	В6	В9	С	А	D	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	4	5	6	7															
54-73-2020	Салат из белокочанной капусты 100	1,6	3,1	6,2	85,7															
54-16м-20	Котлета из индейки рубленой (соус красный основной) 100	9	13,4	20	207,5															
54-1г-2020	Макаронные отварные 180	3,46	3,8	30,8	190,8															
62	Компот из смеси сухофруктов 200	0,04	0	24,76	94,2															
108. пром	Хлеб пшеничный 30	1,87	0,25	14,75	70,3															
110. пром	Хлеб ржаной 20	1,4	0,22	9,28	45,8															
	всего 630	17,37	20,77	105,79	694,3	8,45	45,63	173,52	1,96	135,75	390,55	174,6	6,65							

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Нер* БОРОДИНА Е.В.

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВАСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА БОСХАЕВ Д.А.
19 октября

МЕНЮ НА 19 октября
ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименование порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У	У	В1	В2	В6	В9	А	D	Ca	P	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
54-73-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,6	3,1	6,2	85,7	0,02							
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	6,74	5,8	10,62	125,52	0,1							
54-16м-20	Котлета из индейки рубленой (соус красный основной)	100	9	13,4	20	207,5	0,14							
54-1г-2020	Макаронные отварные	150	3,46	3,8	30,8	190,8	0,06							
62	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,2	0,12							
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	70,3	0							
110. пром	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8	0,11							
	всего	760	24,11	26,57	116,41	819,82	0,55							

Составил завхоз: БФ

Бородина Е.В.