

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОВСАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " *Бюро*  
 20 ЯНВАРЯ 2023 Г

МЕНЮ НА 20 ЯНВАРЯ  
 ДЛЯ ОВЗ

№ рец. по сборнику	№, наименов порции, г	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витаминны (мг)	Минеральные вещества (мг)										
			Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	D	Ca	P	Mg	Fe			
183	ЗАВТРАК	200															
	Каша овся	200	7,1	9,2	29,7	230	0,19	0,49	0	0	132,43	0	53,2	1,52			
108. пром	Хлеб пшеничн ый	30	1,87	0,25	14,75	70,3	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0			
66	Чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86	0,03	1,43	0	0	137	0	0	0,43			
	всего	430	10,37	11,05	60,85	386,3	0,22	1,96	0,3	0	273,93	7,2	57	1,95			
	ОБЕД																
54-18с-202	Свекольн ик со сметаной	250	2,25	5,35	13,33	110,38	0,05	7,3	74,75	0	31,5	59,25	26	1,25			
54-28м-20	Жаркое по- домашне му из курицы	250	18,63	18,45	63,11	392,7	0,14	10,3	32,7	0,08	25	216	101	2,29			
648	Кисель из концентратов	200	0	0	5	59,5	0,06	1,19	0	0	18,82	0	0	0,44			
108. пром	Хлеб пшеничн ый	30	1,87	0,25	14,75	70,3	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0			
110. пром	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8	0,11	0,14	0	0,11	25,55	43,75	14	0,98			
	всего	750	24,15	24,27	105,47	678,68	0,36	18,97	107,75	0,19	105,37	326,2	144,8	4,96			
	Итого	1180	34,52	70,64	166,32	1064,98	0,58	20,93	108,05	0,19	379,3	333,4	201,8	6,91			

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Бор* БОРОДИНА Е.В.