

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

МЕНЮ НА 20 ОКТЯБРЯ
ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№ 1, наименований	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	7	В1	В2	В6	В9	С	А	D	Ca	P	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
29	Салат из моркови и яблоками	60	1,88	0,12	3,9	26	0,01	3,33	0	0	13,97	16,94	8,06	0,37		
54-19с-2021	Суп фасолевый	200	6,08	5,82	10,7	107,58	0,06	4,28	110,4	0	37,8	73,8	24,6	1,2		
54-9р-2020	Рыба тушеная	100	9,6	9,1	30,75	203,6	0,09	0,27	56,3	0,28	110	226	46	5,8		
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	10,02	29,8	247,6	0,12	10,2	23,8	0,09	39	84	28	4,3		
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 пшеничный	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	760	24,03	25,53	104,18	760,38	0,45	19,45	190,8	0,48	249,64	451,69	124,46	13,09		

Составил завхоз: Божу
Бородина Е.В.

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



МЕНЮ НА 20 ОКТЯБРЯ
ДЛЯ ОВЗ

№ рец. по сборнику	И, наименование порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б	Ж	У	У	А	В1	В2	В6	С	Ca	P	Mg
185	Каша пшеничная 200	5,3	5,1	25	16,1	0,18	0,44	0,13	0,35	213,56	130	25,62	1,31
108. пром	Хлеб пшеничный 30	1,87	0,25	14,75	70,3	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0
65	чай с молот 200	3,52	3,41	14,36	145,2	0,05	1,57	24,4	0	152,2	124,5	21,34	0,47
	всего 430	10,69	8,76	54,11	380,6	0,23	2,05	24,83	0,35	370,26	261,7	50,76	1,78
	ОБЕД												
54-19с-2021	Суп фасолевы 250	6,08	5,82	10,7	107,58	0,06	4,28	110,4	0	37,8	73,8	24,6	1,2
54-9р-2020	Рыба тушеная 100	9,6	9,1	30,75	203,6	0,09	0,27	56,3	0,28	110	226	46	5,8
54-11г-2020	Картофельное пюре 180	3,2	10,02	29,8	247,6	0,12	10,2	23,8	0,09	39	84	28	4,3
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 пшеничный 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 780	22,15	25,41	100,28	734,38	0,44	16,12	190,8	0,48	235,67	434,75	116,4	12,72

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ: **БОР** БОРОДИНА Е.В.

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

МЕНЮ НА 20 ОКТЯБРЯ
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименов	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В1	В2	С	А	D	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
29	Салат из моркови и яблоками	100	1,88	0,12	3,9	26	0,01	3,33	0	0	13,97	16,94	8,06	0,37	
54-9р-2020	Рыба тушеная	100	9,6	9,1	30,75	203,6	0,09	0,27	56,3	0,28	110	226	46	5,8	
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	3,2	10,02	29,8	247,6	0,12	10,2	23,8	0,09	39	84	28	4,3	
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 пшеничный	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	630	17,95	19,71	93,48	652,8	8,39	15,17	80,4	0,48	211,84	377,89	113,86	11,89	

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Бор* БОРОДИНА Е.В.