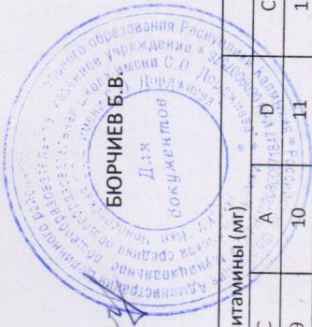


УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОВСАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " ВЮРЧИЕВ Б.В.
23 ЯНВАРЯ 2023 Г



МЕНЮ НА 23 ЯНВАРЯ
ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименование порции, г	Пищевые вещества (г)						Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)					
		Б	Ж	У	4	5	6	В1	С	А	В12	В1	В2	В3	В6	В9	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
	Винегрет																			
	60	6	5,3	4,1	67,1	0,01														
54-163-202	растительным маслом																			
	Суп							2,76	72,9	0	12	21	9,7	0,4						
54-19с-202	фасолевы	200	6,08	10,7	107,58	0,06		4,28	110,4	0	37,8	73,8	24,6	1,2						
	Фрикаделки из говядины	100	4,95	12,12	4,4	123	0,03	0	6,48	0,03	15	102	13	1,47						
54-29м-20	Рис	150	6,07	1,23	48,47	302,4	0,03	0	18,4	0,09	6,9	73	24	2,7						
54-6г-202	отварной																			
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,2														
62	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	70,3	0,12	0,35	0,12	1,68	28,7	52,6	19,6	0,98						
108. пром	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8	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						
	Итого	760	26,41	24,94	116,46	810,38	0,36	7,07	208,6	1,91	130,45	373,35	108,7	7,73						

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *БМ* БОРОДИНА Е.В.

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВАСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 23 ЯНВАРЯ 2023 Г



МЕНЮ НА 23 ЯНВАРЯ
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	1. наименов порции, г	Пищевые вещества (г)					В _т	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У	6	7		С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
	Винегрет																
	растительн ным маслом	100	8,83	6,8	111,8	0,02	3,77	121,5	0	20	35	16,17	0,67				
54-163-202	Фрикадел ьки из говядины	100	4,95	12,12	4,4	123	0,03	0	6,48	0,03	15	102	13	1,47			
54-29м-20	Рис	180	7,28	14,82	58,16	446,88	0,03	0	18,4	0,09	6,9	73	24	2,7			
54-6г-202	Компот из смеси сухофрук тов	200	0,04	24,76	94,2												
62	Хлеб пшенич ный	30	1,87	0,25	14,75	70,3	0,12	0,35	0,12	1,68	28,7	52,6	19,6	0,98			
108. пром	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0			
110. пром	Итого	630	25,54	36,24	118,15	891,98	0,11	0,14	0	0,11	25,55	43,75	14	0,98			
							0,31	4,3	146,8	1,91	100,65	313,55	90,57	6,8			

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Байр* БОРОДИНА Е.В.

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " С.О. ДОРДЖИЕВА " 23 ЯНВАРЯ 2023 Г

Буряк



МЕНЮ НА 23 ЯНВАРЯ
ДЛЯ ОВЗ

№ рец. по сборнику	№, наименование	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)									
			Б	Ж	У	В1	С	А	В2	В6	В12	Ca	P	Mg	Fe					
	ЗАВТРАК																			
	Каша гречневая молочная	200	6,98	10,42	25			223,38												
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	0,19	0,46		0						110,29	0	98,29		3,07	
	Кофейный напиток с молоком	200	2,85	2,41	24,6	0	0,04	91	0,3						4,5	7,2	3,8		0	
68	всего	430	11,7	13,08	64,35	0,21	0,95	384,68	0,08	0,05					69,2	16,8	6		0,35	
	ОБЕД																			
	Суп фасолевы	250	7,6	7,28	13,38	0,08	5,35	134,48	138						47,25	92,25	30,75		1,5	
54-19с-2021	Фрикадельки из говядины	100	4,95	12,12	4,4			123												
54-29м-20	Рис отварной	180	7,28	14,82	58,16	0,03	0	446,88	6,48	0,03					15	102	13		1,47	
62	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0	24,76	0,03	0	94,2	18,4	0,09					6,9	73	24		2,7	
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	0,12	0,35		0,12						28,7	52,6	19,6		0,98	
110. пром	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	0	0,04	45,8	0,3						4,5	7,2	3,8		0	
	всего	780	23,14	34,69	124,73	0,37	5,88	914,66	0,11	0,14	0	0,11			25,55	43,75	14		0,98	
	Итого	1210	34,84	47,77	99,04	0,58	6,83	1299,34	0,58	6,83	163,68	1,96			311,89	394,8	213,24		11,05	

Составил меню Буряк Б.В.