

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 23 ДЕКАБРЯ 2022Г

Бюрю



МЕНЮ 23 ДЕКАБРЯ
ДЛЯ ОВЗ

№ рец. по	наименд	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	D	Ca	P	Mg	Fe
4-й день														
ЗАВТРАК														
186	Каша пшеничная	200	10,58	8,79	31,7	224	0,07	0,05	0	0	145,31	0	14,93	0,9
108. прс	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	70,3	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0
68	Кофейный напиток с молоком	200	2,85	2,41	24,6	91	0,02							
								0,45	0,08	0,05	69,2	16,8	6	0,35
	всего	430	15,3	11,45	71,05	385,3	0,09	0,54	0,38	0,05	219,01	24	24,73	1,25
ОБЕД														
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	250	5,93	7,25	17	150,6	0,12	6,9	130	0	26,25	64,25	24,75	3,5
54-27м-2020	Капуста тушеная с мясом птицы	250	16,8	16,2	45,25	349,88	0,07	34	49,5	0	88	148	74	1
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	1,16	0,38	0	6,9	8,5	4,6	0,7
108. прс	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. прс	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	26,3	23,92	92,98	644,48	0,3	42,24	180,18	0,11	151,2	271,7	121,15	6,18
	Итого	1180	41,6	35,37	164,03	1029,8	0,39	42,78	180,56	0,16	370,21	295,7	145,88	7,43