

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВАСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА БОСХАЕВ Д.А.
28 СЕНТЯБРЯ 2023 Г

МЕНЮ НА 28 СЕНТЯБРЯ
ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименов порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
		Б	Ж	У	У	В1	В2	В12	С	А	D	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7										
54-23-2020	Овоши в нарезке помидор	60	0,5	0,1	1,5	8,5			0,02	6	0	14	25	8,4	1	
204	Суп харчо	200	7,18	9,9	11,76	110,96			0,1	6,7	0	21,01	95,87	25,93	1,18	
54-23м-2020	Биточек из курицы	100	9,4	9,2	12,1	156,4			0,05	0,47	4,72	22	108	48	1,03	
54-6г-2020	Рис отварной	150	2,3	3,8	44,69	233,7			0,21	0	19,2	15	181	120	1,6	
30	Сок фруктовый	200	0,3	0	1,7	70			0,03	4,01	0	14,05	14,05	8,02	2,81	
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	70,3			0	0,04	0,3	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	25,55	43,75	14	0,98	
6	Фрукт (банан)	100	0,4	0,4	9,8	44			0,03	26,6	0	24,8	0	0	0,1	
	всего	860	23,35	23,87	105,58	739,66			0,52	17,36	30,22	116,11	474,87	228,15	8,6	

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ:

Бор

БОРОДИНА Е.В.

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВСАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА ВОХАЕВ Д.А.
28 СЕНТЯБРЯ 2023 Г

МЕНЮ НА 28 СЕНТЯБРЯ
ДЛЯ ОБЗ

№ рец. по сборнику	И, наименов	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		D	Ca	P	Mg	Fe	
183	Каша дружба	200	10,58	8,79	31,7	0,07	0,05	0	145,31	0	14,93	0,9
	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	0	0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0
108. пром	чай с молс	200	3,52	3,41	14,36	0,05	1,57	24,4	152,2	124,5	21,34	0,47
	всего	430	15,97	12,45	60,81	0,12	1,66	24,7	302,01	131,7	40,07	1,37
	ОБЕД											
204	Суп харчо	250	7,18	9,9	11,76	0,1	6,7	0	21,01	95,87	25,93	1,18
54-23м-2020	Биточек из курицы	100	9,4	9,2	12,1	0,05	0,47	4,72	22	108	48	1,03
54-6г-2020	Рис отварной	180	2,3	3,8	44,69	0,21	0	19,2	15	181	120	1,6
	Сок фруктовый	200	0,3	0	1,7	0,03	4,01	0	14,05	14,05	8,02	2,81
30 й	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	0	0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0
108. пром	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	0,11	0,14	0	25,55	43,75	14	0,98
110. пром	всего	780	22,45	23,37	94,28	0,5	11,36	24,22	102,11	449,87	219,75	7,6

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ: *Бун*

БОРОДИНА Е.В.