

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 27 СЕНТЯБРЯ 2022Г

*Борудина Е.В.*



МЕНЮ НА 27 СЕНТЯБРЯ  
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

| № рец. по   | №, наименов                    | порции, г | сырые вещества (г) |       |        | У      | В <sub>1</sub> | С    | А     | Минеральные вещества (мг) |        |        |       | Mg |
|-------------|--------------------------------|-----------|--------------------|-------|--------|--------|----------------|------|-------|---------------------------|--------|--------|-------|----|
|             |                                |           | Б                  | Ж     | 5      |        |                |      |       | 6                         | 7      | 8      | 9     |    |
| 1           | 2                              | 3         | 4                  | 5     | 6      | 7      | 8              | 9    | 10    | 11                        | 12     | 13     | 14    |    |
| 54-16з-2020 | Винегрет с растительным маслом | 100       | 10                 | 8,83  | 6,8    | 111,8  | 0,02           | 3,77 | 121,5 | 0                         | 20     | 35     | 16,17 |    |
| 54-29м-2020 | Фрикадельки из говядины        | 100       | 4,95               | 12,12 | 4,4    | 123    | 0,03           | 0    | 6,48  | 0,03                      | 15     | 102    | 13    |    |
| 54-6г-2020  | Рис отварной                   | 180       | 7,28               | 14,82 | 58,16  | 446,88 | 0,03           | 0    | 18,4  | 0,09                      | 6,9    | 73     | 24    |    |
| 62          | Компот из смеси сухофруктов    | 200       | 0,04               | 0     | 24,76  | 94,2   | 0,12           | 0,35 | 0,12  | 1,68                      | 28,7   | 52,6   | 19,6  |    |
| 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   |    |
| 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    |    |
|             | <b>Итого</b>                   | 630       | 25,54              | 36,24 | 118,15 | 891,98 | 0,31           | 4,3  | 146,8 | 1,91                      | 100,65 | 313,55 | 90,57 |    |

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Борудина Е.В.* БОРОДИНА Е.В.