

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " С.О. ДОРДЖИЕВА " *Бюджет*
 11 НОЯБРЯ 2022Г



**МЕНЮ НА 11 НОЯБРЯ
 ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ**

№ реч. по сборнику	№, наименов	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	У	В1	С	А	В. D	Ca	P	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
57	Салат из картофеля с сельдью	100	0,98	6,15	3,73	74,2	0,05	3,33	0,03	0,86	37,3	64,2	39,35	1,1			
54-3м-202	Голубцы ленивые	100	8,4	7,6	6,4	128,4	0,03	11	9,18	0,04	32	92	19	3,6			
54-6г-202	Рис отварной	180	7,28	14,82	58,16	446,88	0,03	0	18,4	0,09	6,9	73	24	2,7			
54-20-гн-2	Компот из яблок	200	0,3	0	1,7	8,9	0,01	2,64	0,9	0,2	9	11	6	2,7			
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			
	Итого	630	20,23	29,04	94,02	774,48	0,23	17,15	28,81	1,3	115,25	291,15	106,15	11,08			

Сеговоши: Бук Боржиган С.К