

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВСАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 12 СЕНТЯБРЯ 2023 Г

МЕНЮ НА 12 СЕНТЯБРЯ
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименование	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)						Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В1	С	А	В2	В6	В12	Р	Ca	Р	Mg	Fe				
1	Овощи в нарезке (перец болгарский)	100	0,8	0,1	2,9	15,4	0,05	120	150	0	4,8	9,6	4,2	0,3						
54-4з-2020	Котлета рыбная	100	15,4	9,2	20,1	210,4	0,07	0,54	143	0,41	46	178	39	0,89						
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	3,2	10,02	29,8	247,6	0,12	10,2	23,8	0,09	39	84	28	4,3						
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	0	6	0	0	11,6	4,12	6,5	0,34						
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	21,47	19,79	90,83	617,5	0,35	136,92	317,1	0,5	131,45	326,67	95,5	6,81						

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *БН* БОРОДИНА Е.В.



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

МЕНЮ НА 17 СЕНТЯБРЯ
Для 14 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименование порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)						
		Б	Ж	У	Д		Ca	P	Mg	Fe			
1	2	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Овощи в нарезке (перец болгарский)	0,8	0,1	2,9	15,4	0,05	120	150	0	4,8	9,6	4,2	0,3
54-43-2020	Суп куриный с вермишелем	1,8	4,28	10,66	88,3	0,04	5,84	59,8	0	25,2	47,4	20,8	1
54-18с-2020	Котлета рыбная	15,4	9,2	20,1	210,4	0,07	0,54	143	0,41	46	178	39	0,89
54-11г-2020	Картофельное пюре	3,2	10,02	29,8	247,6	0,12	10,2	23,8	0,09	39	84	28	4,3
54-2гн-2020	Чай сахаром	0,2	0	14	28	0	6	0	0	11,6	4,12	6,5	0,34
108. пром	Хлеб пшеничный	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	1,4	0,22	9,28	45,8	0,11	0,14	0	0,11	25,55	43,75	14	0,98
	всего	24,67	24,07	101,49	705,8	0,39	142,76	376,9	0,61	156,65	374,07	116,3	7,81

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ БОРОДИНА Е.В.

Бор

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 12 СЕНТЯБРЯ 2023 Г

МЕНЮ НА 12 СЕНТЯБРЯ
ДЛЯ ОБЗ

№ рец. по сборнику	№, наименование порции, г	Пищевые вещества (г)				Вит	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б	Ж	У	У		С	А	С	Е	Ca	P	Mg	Fe
182	Каша дружба 200	10,58	8,79	31,7	224	0,07	0,05	0	0	145,31	0	14,93	0,9	
108. пром	Хлеб пшеничный 30	1,87	0,25	14,75	70,3									
68	чай с молоком 200	3,52	3,41	14,36	145,2	0,05	0,04	0,3	24,4	4,5	7,2	3,8	0	
	всего 430	15,97	12,45	60,81	439,5	0,12	1,66	24,7	0	302,01	131,7	40,07	1,37	
	ОБЕД													
54-18с-202	Суп куриный с вермишелем 250	1,8	4,28	10,66	88,3	0,04	5,84	59,8	0	25,2	47,4	20,8	1	
54-28м-20	Котлета рыбная 100	15,4	9,2	20,1	210,4	0,07	0,54	143	0,41	46	178	39	0,89	
54-11г-2020	Картофельное пюре 180	3,2	10,02	29,8	247,6	0,12	10,2	23,8	0,09	39	84	28	4,3	
54-2гн-2020	Чай с сахаром 200	0,2	0	14	28	0	6	0	0	11,6	4,12	6,5	0,34	
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 780	23,87	23,97	98,59	690,4	0,58	26,08	276,3	0,61	755,87	627,87	192,24	10,25	

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ БОРОДИНА Е.В.

БОН

