

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 14 СЕНТЯБРЯ 2023 Г

МЕННО НА 14 СЕНТЯБРЯ
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	Наименование	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				В ₁	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	У		В ₁	В ₂	В ₆	В ₁₂	С	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
54-23-2020	Овощи в нарезке (огурец)	100	0,5	0,1	1,5	8,5	0,02	6	6	0	14	25	8,4	1		
54-23м-2020	Биточек из курицы	100	9,4	9,2	12,1	156,4	0,05	0,47	4,72	0	22	108	48	1,03		
54-6г-2020	Рис отварной	180	2,3	3,8	44,69	233,7	0,21	0	19,2	0,09	15	181	120	1,6		
30	Сок фруктовый	200	0,3	0	1,7	70	0,03	4,01	0	0,2	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	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		
	всего	630	15,77	13,57	84,02	584,7	8,42	10,66	30,22	0,4	95,1	379	216,22	7,42		

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Бор* БОРОДИНА Е.В.

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

МЕНЮ НА 14 СЕНТЯБРЯ
ДЛЯ ОВЗ

№ реч. по сборнику	№, наименов порции, г	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	В1	С	В	Са	Р	Mg	Fe		
183	Каша гречневая	200	10,58	8,79	31,7	0,07	0,05	0	145,31	0	14,93	0,9		
108. пром ый	Хлеб пшеничн ый	30	1,87	0,25	14,75	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0	
68	кофейный	200	3,52	3,41	14,36	0,05	1,57	24,4	0	152,2	124,5	21,34	0,47	
	всего	430	15,97	12,45	60,81	0,12	1,66	24,7	0	302,01	131,7	40,07	1,37	
	ОБЕД													
204	Суп харчо	250	7,18	9,9	11,76	0,1	6,7	0	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	0	22	108	48	1,03	
54-6г-2020	Рис отварной	180	2,3	3,8	44,69	0,21	0	19,2	0,09	15	181	120	1,6	
	Сок фруктовый	200	0,3	0	1,7	0,03	4,01	0	0,2	14,05	14,05	8,02	2,81	
108. пром ый	Хлеб пшеничн ый	30	1,87	0,25	14,75	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0	
110. пром ый	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	0,11	0,14	0	0,11	25,55	43,75	14	0,98	
	всего	780	22,45	23,37	94,28	0,5	11,36	24,22	0,4	102,11	449,87	219,75	7,6	

Составил: Якубов! Борн Борнорин Е.К.

