

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВСАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 24 ЯНВАРЯ 2023 Г



МЕНЮ НА 24 ЯНВАРЯ  
ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рещ. по сборнику	№, наименово	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)									
			Б	Ж	У	С		А	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	В <sub>6</sub>	В <sub>12</sub>	С	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
54-203-2020	Горошек зеленый порцион	60	1,7	0,1	3,5	22,1	0,05	2,4	18	0	11	32	11	0,37			
54-203-2020	Суп картофельный с рыбой(минтай)	200	5,38	10,6	14,6	115,38	0,11	8,62	116,4	0,12	32	145,2	43,4	1,16			
54-23м-2020	Биточек из курицы	100	13,4	9,2	12,1	156,4	0,05	0,47	4,72	0	22	108	48	1,03			
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпч	150	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 пшеничн	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			
6	Банан	100	0,4	0,4	9,8	44	0,03	26,6	0	0	24,8	0	0	0,1			
	всего	860	26,75	24,57	110,42	757,68	0,56	15,68	158,62	0,52	124,1	531,2	248,22	7,95			

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Б.В.* БОРОДИНА Е.В.

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОВОСАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " *В. Борудина*  
24 ЯНВАРЯ 2023 Г



МЕНЮ НА 24 ЯНВАРЯ  
ДЛЯ ОВЗ

№ рец. по сборнику	И, наименования	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	У	В1	С	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	
	ЗАВТРАК	200	5,86	5,5	16,39	134,25	0,03	0,57	0	0,18	79,89	45,57	7,46	0,37	
	1 Суп молочный														
	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	70,3	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0	
108. пром															
67	Какао с мс	200	3,52	3,41	14,36	145,2	0,05	1,57	24,4	0	152,2	124,5	21,34	0,47	
	всего	430	11,25	9,16	45,5	349,75	0,08	2,18	24,7	0,18	236,59	177,27	32,6	0,84	
	ОБЕД														
54-20с-2020	Суп картофельный с рыбкой (минтай)	250	6,73	13,25	18,25	144,23	0,14	10,78	145,5	0,15	40	181,5	54,25	1,45	
54-23м-2020	Биточек из курицы	100	13,4	9,2	12,1	156,4	0,05	0,47	4,72	0	22	108	48	1,03	
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	2,9	4,75	53,63	280,44	0,25	0	23,04	0,1	18	217,2	144	1,92	
	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	
	<b>Итого</b>	780	12,65	9,38	54,78	395,55	0,19	2,32	24,7	0,29	262,14	221,02	46,6	1,82	
	<b>Итого</b>	1210	23,9	18,54	54,88	745,3	0,27	4,5	49,4	0,47	498,73	398,29	79,2	2,66	

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

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОВСАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " БЮРЧИВ Б.В.  
 24 ЯНВАРЯ 2023 Г. Директор Документов

МЕНЮ НА 24 ЯНВАРЯ  
 ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименов	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В <sub>1</sub>	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
54-203-2020	Горошек зеленый порционн	100	2,83	0,17	5,83	36,83	0,08	4	30	0	18,3	53,3	18,3	0,61
54-23м-2020	Биточек из курицы	100	13,4	9,2	12,1	156,4	0,05	0,47	4,72	0	22	108	48	1,03
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	2,9	4,75	53,63	280,44	0,25	0	23,04	0,1	18	217,2	144	1,92
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
	<b>Итого</b>	630	22,7	14,59	97,29	659,77	0,52	8,66	58,06	0,41	102,4	443,5	236,12	7,35

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Бор* БОРОДИНА Е.В.