

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 22 ДЕКАБРЯ 2022Г



БЮРЧИЕВ Б.В.

**МЕНЮ 22 ДЕКАБРЯ
ДЛЯ ОВЗ**

№ рец. по	наименд	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Д	Са	Р	Mg	Fe
3-й день														
ЗАВТРАК														
182	Каша кукурузная	200	6,71	5,17	18	162,68	0,18							
								0,44	0,13	0,35	213,56	130	25,62	1,31
108. прс	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	70,3								
							0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0
67	Какао с	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	12,1	8,83	47,11	378,18	0,23	2,05	24,83	0,35	370,26	261,7	50,76	1,78
ОБЕД														
54-8с-2020	Суп гороховый	250	8,35	5,75	20,35	166,43								
							0,18	5,95	121,5	0	33,75	100,5	36,25	3,6
54-1м-2	Бефстроганов	100	9	12,4	30	307,5								
							0,14	10,3	32,7	0,08	25	216	101	2,29
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
648	Кисель из концентратов	200	0	0	5	59,5								
							0,06	1,19	0	0	18,82	0	0	0,44
108. прс	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. прс	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	23,52	23,37	133,01	929,97	0,74	17,62	177,54	0,29	125,62	584,65	299,05	9,23
	Итого	1210	35,62	32,2	180,12	1308,2	1,94	39,34	404,74	1,28	991,76	1692,7	699,62	22,02