

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА "

БЮРЧИЕВ Б.В.

7 СЕНТЯБРЯ 2022Г

МЕНЮ НА 7 СЕНТЯБРЯ  
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по 1	наименов	порции, г	железные вещества (г)			У	7	витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	5			6	8	9	С	А	D	Ca
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
54-23-2020	Овощи в нарезке (огурец)	100	0,8	0,2	2,5	14,16	0,03	10	10	0	23,3	41,6		
54-5.1р-2020	Котлета рыбная с морковью (минтай)	100	12,4	4,2	5	107,4	0,07	0,54	143	0,41	46	178		
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	3,84	15,85	35,76	297,12	0,14	12,24	28,56	0,09	46,8	100,8		
62	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,2	0,12	0,35	0,12	1,68	28,7	52,6		
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	70,3	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2		
110. пром	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8	0,11	0,14	0	0,11	25,55	43,75		
	<b>Итого</b>	<b>630</b>	<b>20,35</b>	<b>20,72</b>	<b>92,05</b>	<b>628,98</b>	<b>0,47</b>	<b>23,31</b>	<b>181,98</b>	<b>2,29</b>	<b>174,85</b>	<b>423,95</b>		

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ

БОРОДИНА Е.В.

