

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ ИКИ - ЧОНОСОВАСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " *Буря*
14 НОЯБРЯ 2022Г

МЕНЮ НА 14 НОЯБРЯ
ДЛЯ ОВЗ

№ рец. по сборнику	№, наименование	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	В1	С	А	Д	Р	Мg	Fe		
182	Макаронные отварные с сыром	200	9,02	8,7	25,3	274	0,07	0,05	0	145,3	0	14,93	0,05	
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	70,3	0	0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0	
68	Кофейный напиток с молоком	200	2,85	2,41	24,6	91	0,02							
	всего	430	13,74	11,36	64,65	435,3	0,09	0,54	0,38	0,05	219	24	24,73	0,4
	ОБЕД													
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	250	3,38	3,7	12,65	137,95	0,04	8,45	168,25	0	42	53,25	24	2,83
54-9р-2020	Рыба запеченная сметанно-м соусе	100	11,4	10,1	30,75	203,6	0,09	0,27	56,3	0,28	110	226	46	5,8
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	33,6	5,16
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	4,5	7,2	3,8	0	0
110. пром	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8	0,11	0,14	0	0,11	35,55	43,75	14	0,98
	всего	780	22,19	30,12	104,89	824,77	0,41	25,15	253,41	0,68	242,9	445,05	129,42	17,58
	Итого	1210	35,93	41,48	169,54	1760,07	0,5	25,69	253,79	0,73	461,9	469,05	154,15	17,98

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Буря* БОРОДИНА Е.В.



УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ ИКИ - ЧОНОСОВСАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА "Бурятия"
14 НОЯБРЯ 2022Г

МЕНЮ НА 14 НОЯБРЯ
ДЛЯ ОВЗ

№ рец. по сборнику	№, наименование	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	В1	С	А	Д	Е	Р	Мg	Fe	
182	Макаронные отварные с сыром	200	9,02	8,7	25,3	0,07	0,05	0	0	145,3	0	14,93	0,05	
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0	
68	Кофейный напиток с молоком	200	2,85	2,41	24,6	0,02	0,45	0,08	0,05	69,2	16,8	6	0,35	
	всего	430	13,74	11,36	64,65	0,09	0,54	0,38	0,05	219	24	24,73	0,4	
	ОБЕД													
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	250	3,38	3,7	12,65	0,04	8,45	168,25	0	42	53,25	24	2,83	
54-9р-2020	Рыба запеченная сметанно м соусе	100	11,4	10,1	30,75	0,09	0,27	56,3	0,28	110	226	46	5,8	
54-11г-2020	Картофельное пюре	180	3,84	15,85	35,76	0,14	12,24	28,56	0,09	46,8	100,8	33,6	5,16	
30	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	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0	
110. пром	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	22,19	30,12	104,89	0,41	25,15	253,41	0,68	242,9	445,05	129,42	17,58	
	Итого	1210	35,93	41,48	169,54	0,5	25,69	253,79	0,73	451,9	469,05	154,15	17,98	

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ БОРОДИНА Е.В.

Бор

