

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ ЧОНОСОВАКАЯ СОШИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА БОРЧИЕВ Б.В.
15 НОЯБРЯ 2022Г

МЕНЮ НА 15 НОЯБРЯ
ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименование порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У	У	В1	С	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Винегрет													
	растительным маслом	60	5,3	4,1	67,1	0,01	2,26	72,9	0	0	21	9,7	0,4	
54-16з-2021	Суп фасолевы	200	6,08	5,82	10,7	107,58	0,06	4,28	110,4	0	37,8	73,8	24,6	1,2
54-19с-2021	Фрикаделки из говядины	100	4,95	12,12	4,4	123	0,03	0	6,48	0,03	15	102	13	1,47
54-6г-2020	Рис отварной	150	6,07	1,23	48,47	302,4	0,03	0	18,4	0,09	6,9	73	24	2,7
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	19,6	0,98
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	760	26,41	24,94	116,46	810,38	0,36	7,07	208,6	1,91	130,45	373,35	108,7	7,73

Составил: Б.В. Борчиев