

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " БЮРЧИЕВ Б.В.
15 НОЯБРЯ 2022Г



МЕНЮ НА 15 НОЯБРЯ
ДЛЯ ОБЗ

№ реч. по сборнику	И, наименово	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В1	С	А	Д	Са	Р	Мg	Fe		
76	Каша гречневая молочная	200	6,98	10,42	25	0,19	0,46	0	0	110,29	0	98,29	3,07		
108. пром	Хлеб пшеничн	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									
	всего	430	11,7	13,08	64,35	0,21	0,95	0,38	0,05	183,99	24	108,09	3,42		
	ОБЕД														
54-19с-2021	Суп фасолевы	250	7,6	7,28	13,38	0,08	5,35	138	0	47,25	92,25	30,75	1,5		
54-29м-20	Фрикадельки из говядины	100	4,95	12,12	4,4	0,03	0	6,48	0,03	15	102	13	1,47		
54-6г-2020	Рис отварной	180	7,28	14,82	58,16	0,03	0	18,4	0,09	6,9	73	24	2,7		
62	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0	24,76	0,12	0,35	0,12	1,68	28,7	52,6	19,6	0,98		
108. пром	Хлеб пшеничн	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	23,14	34,69	124,73	0,37	5,88	163,3	1,91	127,9	370,8	105,15	7,63		
	Итого	1210	34,84	47,77	99,04	0,58	6,83	163,68	1,96	311,89	394,8	213,24	11,05		

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ БЮРЧИЕВ Б.В.