

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



БЮРЧИЕВ В.В.

МЕНЮ НА 22 СЕНТЯБРЯ
ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименов	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)						Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	В ₁	С	А	Д	Са	Р	Мg				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	14		
7-й день																
54-11з-2020	Салат из моркови и яблок	60	3,1	4,3	74,2	0,03	3,63	73,3	0	14	22	16				
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем	200	2,7	10,12	110,36	0,03	6,76	134,6	0	33,6	42,6	19,2				
54-9р-2020	Рыба запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	11,4	30,75	203,6	0,09	0,27	56,3	0,28	110	226	46				
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	29,8	247,6	0,12	10,2	23,8	0,09	39	84	28				
30	Сок фруктовый	200	0,3	1,7	70	0,03	4,01	0	0,2	14,05	14,05	8,02				
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	14,75	70,3	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8				
110. пром	Хлеб ржаной	20	1,4	9,28	45,8	0,11	0,14	0	0,11	25,55	43,75	14				
	всего	760	23,87	26,65	100,7	821,86	0,41	25,05	288,3	240,7	439,6	135,02				

Бюрд

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ БОРОДИНА Е.В.