

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

Вячеслав



МЕНЮ НА 30 СЕНТЯБРЯ
 ДЛЯ ДЕТЕЙ ОВЗ

№ рец. по сборнику	1, наименов	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	У	В1	С	А	D	Ca	P	Mg		
209	Омлет натуральный	180	8,48	12,6	18	238	0,02	0	0	0	63,62	0	10,4		
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		
68	Кофейный напиток	200	2,85	2,41	24,6	91	0,02	0,45	0,08	0,05	69,2	16,8	6		
	всего	410	13,2	15,26	57,35	399,3	0,04	0,51	0,38	0,05	137,32	24	20,2		
	ОБЕД														
54-1с-2020	Щи из капусты сметаной	250	5,78	7,02	7,15	110,6	0,03	13,45	131	0	46,75	38,75	16,5		
54-5.1р-2020	Котлета рыбная с морковью	100	12,4	4,2	5	107,4	0,07	0,54	143	0,41	46	178	39		
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		
62	Компот сухофрукт	200	0,04	0	24,76	94,2	0,12	0,35	0,12	1,68	28,7	52,6	19,6		
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		
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		
	всего	780	25,33	27,54	96,7	725,42	0,47	26,76	302,98	2,29	198,3	421,1	126,5		
	Итого	1190	38,53	42,8	154,05	1124,72	1,02	54,54	606,72	4,68	671,24	890,2	293,4		

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Бор* БОРОДИНА Е.В.