

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ ЧОПНОВСАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 14 ОКТЯБРЯ 2021г

БЮРЧИЕВ Б.В.

МЕНЮ НА 14 ОКТЯБРЯ
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

| № рец. по | И, наименово | порции, г | Сырые вещества (г) | | | | У | В ₁ | С | А | Минеральные вещества (мг) | | | Mg |
|--------------|------------------------------------|-----------|--------------------|-------|-------|--------|------|----------------|--------|------|---------------------------|--------|------|----|
| | | | Б | Ж | 5 | 4 | | | | | Д | Са | Р | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | |
| 54-23-2020 | Овощи в нарезке (огурец) | 100 | 0,8 | 0,2 | 2,5 | 14,16 | 0,03 | 10 | 10 | 0 | 23,3 | 41,6 | 14 | |
| 54-5-1р-2020 | Коглета рыбная с морковью (минтай) | 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 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 | |
| 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 | |
| | Итого | 630 | 20,35 | 20,72 | 92,05 | 628,98 | 0,47 | 23,31 | 181,98 | 2,29 | 174,85 | 423,95 | 174 | |

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ

Бор

БОРОДИНА Е.В.