

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИМЕВА " С.О. ДОРДЖИМЕТОВ
17 ЯНВАРЯ 2023 Г



МЕНЮ НА 17 ЯНВАРЯ
ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименов	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	Y		В1	С	А	D	Ca	P	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
57	Салат из картофеля сельдью	60	0,59	3,69	2,24	44,52	0,03	2	0,02	0,52	22,4	38,5	23,61	0,66
54-7с-2020	Суп картофельный макаронными изделиями	200	5,16	2,78	18,5	119,6	0,08	6,88	97,6	0	13,8	54,6	20,8	3,2
54-3м-202	Голубцы ленивые	100	8,4	7,6	6,4	128,4	0,03	11	9,18	0,04	32	92	19	3,6
54-6г-2020	Рис отварной	150	6,07	12,5	48,47	372,4	0,03	0	18,4	0,09	6,9	73	24	2,7
54-20-гн-2	Компот из яблок	200	0,3	0	1,7	8,9	0,01	2,64	0,9	0,2	9	11	6	2,7
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	23,79	27,04	101,34	789,92	0,29	22,7	126,4	0,96	114,15	320,05	111,21	13,84

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ БОРОДИНА Е.В.

Бору

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 17 ЯНВАРЯ 2023 Г



МЕНЮ НА 17 ЯНВАРЯ
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименование	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	У	В1	С	А	В2	В6	В12	В9	В5	В10	В11	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
57	Салат из картофеля сельдью	100	0,98	6,15	3,73	74,2	0,05	3,33	0,03	0,86	37,3	64,2	39,35	1,1						
54-3м-202	Голубцы ленивые	100	8,4	7,6	6,4	128,4	0,03	11	9,18	0,04	32	92	19	3,6						
54-6г-202	Рис отварной	180	7,28	14,82	58,16	446,88	0,03	0	18,4	0,09	6,9	73	24	2,7						
54-20-гн-2	Компот из яблок	200	0,3	0	1,7	8,9	0,01	2,64	0,9	0,2	9	11	6	2,7						
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						
	Итого	630	20,23	29,04	94,02	774,48	0,23	17,15	28,81	1,3	115,25	291,15	106,15	11,08						

Составил: Бурханов Е.П.

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 17 ЯНВАРЯ 2023 Г



МЕНЮ НА 17 ЯНВАРЯ
ДЛЯ ОВЗ

№ рец. по сборнику	И, наименования	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			В _t	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		С	А	В ₁	В ₂	В ₆	В ₁₂	Ca	P
	Каша рисовая молочная	200	6,8	11,44	26,78	224,4	0,08	0,95	0,55	0,92	216,67	106,67	47,84	0,69
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
66	Чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86	0,03	1,43	0	0	137	0	0	0,43
	всего	430	10,07	13,29	57,93	380,7	0,11	2,42	0,85	0,92	358,17	113,87	51,64	1,12
	ОБЕД													
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,45	3,48	23,12	149,5	0,1	8,6	1,22	0	17,25	68,25	2,6	4
54-3м-2020	Голубцы ленивые	100	8,4	7,6	6,4	128,4	0,03	11	9,18	0,04	32	92	19	3,6
54-6г-2020	Рис отварной	180	7,28	14,82	58,16	446,88	0,03	0	18,4	0,09	6,9	73	24	2,7
54-20-гн-2	Компот из яблок	200	0,3	0	1,7	8,9	0,01	2,64	0,9	0,2	9	11	6	2,7
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
	Итого	450	11,47	13,51	67,21	426,5	0,22	2,56	0,85	1,03	383,72	157,62	65,64	2,1

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Бору* БОРОДИНА Е.В.