

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОВСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " БЮРЧИЕВ Б.В.  
18 ЯНВАРЯ 2023 Г



МЕНЮ НА 18 ЯНВАРЯ  
ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рц. по сборнику	И, наименов порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У	У	В1	С	А	Д	Са	Р	Mg	Fe		
1	2	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
87	Салат витаминный	5,3	6,3	47,88	103,2	0,01	3,78	0,23	2,78	20,71	102	9,6	0,34		
54-2с-2020	Борщ с капустой и картошкой	2,7	2,96	10,12	110,36	0,03	6,76	134,6	0	33,6	42,6	19,2	2,26		
54-9р-2020	Рыба запеченная в сметанном соусе	11,4	10,1	30,75	203,6	0,09	0,27	56,3	0,28	110	226	46	5,8		
54-1г-2020	Картофельное пюре	3,2	10,02	29,8	247,6	0,12	10,2	23,8	0,09	39	84	28	4,3		
30	Сок фруктовый	0,3	0	1,7	70	0,03	4,01	0	0,2	14,05	14,05	8,02	2,81		
108. пром	Хлеб пшеничный	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	1,4	0,22	9,28	45,8	0,11	0,14	0	0,11	25,55	43,75	14	0,98		
6	Банан	0,4	0,4	9,8	44	0,03	26,6	0	0	24,8	0	0	0,1		
	всего	26,57	30,25	154,08	894,86	0,42	51,8	215,23	3,46	272,21	519,6	128,62	16,59		

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Бжк* БОРОДИНА Е.В.

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОВСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 18 ЯНВАРЯ 2023 Г

МЕНЮ НА 18 ЯНВАРЯ  
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименование порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У	У	В1	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Салат витаминный 87 гий	8,83	10,5	79,8	172	0,02	6,3	0,38	4,63	34,52	170	16	0,56		
54-9р-2020	Рыба запеченная в сметанном соусе 100	11,4	10,1	30,75	203,6	0,09	0,27	56,3	0,28	110	226	46	5,8		
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	5,16		
30	Сок фруктовый 200	0,3	0	1,7	70	0,03	4,01	0	0,2	14,05	14,05	8,02	2,81		
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		
	<b>Итого</b>	<b>27,64</b>	<b>36,92</b>	<b>172,04</b>	<b>858,82</b>	<b>0,39</b>	<b>23</b>	<b>85,54</b>	<b>5,31</b>	<b>235,42</b>	<b>561,8</b>	<b>121,42</b>	<b>15,31</b>		

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ

БОРОДИНА Е.В.

*Буря*



УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОВСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " БЮРЧИЕВ Б.В.  
18 ЯНВАРЯ 2023 Г

МЕНЮ НА 18 ЯНВАРЯ  
ДЛЯ ОВЗ

№ рец. по сборнику	№ п/п, наименование	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	У	В1	С	А	Д	Са	Р	Mg	Fe		
182	Макаронные отварные с сыром	200	9,02	8,7	25,3	274	0,07	0,05	0	0	145,3	0	14,93	0,05		
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		
68	Кофейный напиток с молоком	200	2,85	2,41	24,6	91	0,02	0,45	0,08	0,05	69,2	16,8	6	0,35		
	всего	430	13,74	11,36	64,65	435,3	0,09	0,54	0,38	0,05	219	24	24,73	0,4		
	ОБЕД															
54-2с-2020	Борщ капустный картофельным	250	3,38	3,7	12,65	137,95	0,04	8,45	168,25	0	42	53,25	24	2,83		
54-9р-2020	Рыба запеченная сметанно-м соусе	100	11,4	10,1	30,75	203,6	0,09	0,27	56,3	0,28	110	226	46	5,8		
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	5,16		
30	Сок фруктовый	200	0,3	0	1,7	70	0,03	4,01	0	0,2	14,05	14,05	8,02	2,81		
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	780	22,19	30,12	104,89	824,77	0,41	25,15	253,41	0,68	242,9	445,05	129,42	17,58		
	Итого	1210	35,93	41,48	169,54	1260,07	0,5	25,69	253,79	0,73	461,9	469,05	154,15	17,98		

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Бор* БОРОДИНА Е.В.