

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " *Бюджет*
19 ЯНВАРЯ 2023 Г



МЕНЮ НА 19 ЯНВАРЯ
ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименов порции, г	Пищевые вещества (г)						Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)								
		Б	Ж	У	4	5	6		7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
54-5с-2020	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1,67	4,18	8,2	77,1	0,01	3,7	0,23	2,78	20,71	102	9,6	0,54			
54-31м-2020	Суп из овощей с фрикаделками мясными	200	3,74	4,06	13,92	144,82	0,09	7,46	102,4	0,03	17,4	92	25,8	1,38			
54-1г-2020	Оладьи из пшена по-кунецки	100	14	9,2	12,6	187,4	0,17	8,63	33,63	0,41	19	214	16	4,35			
54-2гн-2020	Макаронные отварные	150	3,46	6,8	42,8	236,8	0,06	0	18,4	0,09	12	41	7,2	1,1			
108. пром	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	0	6	0	0	11,6	4,12	6,5	0,34			
110. 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			
	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	26,34	24,71	115,55	790,22	0,44	25,97	154,96	3,42	110,76	504,07	82,9	8,69			

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Бору* БОРОДИНА Е.В.

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВАСКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " С.О. ДОРДЖИЕВА " 19 ЯНВАРЯ 2023 Г



МЕНЮ НА 19 ЯНВАРЯ
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	1, наименов	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	В1	С	А	В12	С	Р	Ca	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
7	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	2,78	6,96	13,6	128,5	0,02	6,16	0,13	4,6	34,5	170	16	0,9
54-31м-2020	Оладьи из печени по-кунцевск и	100	14	9,2	12,6	187,4	0,17	8,63	33,63	0,41	19	214	16	4,35
54-1г-2020	Макарон ы отварные	180	4,15	8,16	51,36	284,16	0,07	0	22,08	0,1	14,4	49,2	8,64	1,32
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	4,54	14	28	0	6	0	0	11,6	4,12	6,5	0,34
108. пром	Хлеб пшенич ый	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	24,4	29,33	115,59	744,16	0,37	20,97	56,14	5,22	109,55	488,27	64,94	7,89

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Бор* БОРОДИНА Е.В.

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " С.О. ДОРДЖИЕВА " *Бюджет*
 19 ЯНВАРЯ 2023 Г



МЕНЮ НА 19 ЯНВАРЯ
 ДЛЯ ОВЗ

№ реч. по сборнику	наименование	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	В ₁	С	А	Д	Са	Р	Mg	Fe				
	ЗАВТРАК																
	Каша манная молочная 182 г жидкая	200	5,3	5,2	30,5	234	0,08	0,83	0	190,45	0	25,79	0,44				
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	70,3	0	0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0				
67	Какао с мс	200	3,52	3,41	14,36	145,2	0,05	1,57	24,4	152,2	124,5	21,34	0,47				
	всего	430	10,69	8,86	59,61	449,5	0,13	2,44	24,7	347,15	131,7	50,93	0,91				
	ОБЕД																
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикаделками мясными	250	4,68	7,58	17,4	181,02	0,11	9,33	128	21,75	115	32,25	1,73				
54-31м-2020	Оладьи из печени по-кунцевски	100	14	9,2	12,6	187,4	0,17	8,63	33,63	19	214	16	4,35				
54-1г-2020	Макаронны отварные	180	4,15	8,16	51,36	284,16	0,07	0	22,08	14,4	49,2	8,64	1,32				
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	4,54	14	28	0	6	0	11,6	4,12	6,5	0,34				
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	70,3	0	0,04	0,3	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	25,55	43,75	14	0,98				
	всего	780	26,3	29,95	119,39	796,68	0,46	24,14	184,01	0,66	433,27	81,19	8,72				
	Итого	1210	36,99	38,81	179	1246,18	0,59	26,58	208,71	0,66	564,97	132,12	9,63				

Составом завтрака берется бюджет