

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОВСОВАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " БЮРЧИЕВ Б.В.
 20 ДЕКАБРЯ 2022Г



МЕНЮ НА 20 ДЕКАБРЯ
 ДЛЯ ОВЗ

№ рец. по сборнику	№, наименов	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Y	В ₁	С	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	
45	Каша ячневая молочная	200	7,76	6,71	40,89	228,88	0,18	0,53	0	0	129,2	0	44,93	1,18	
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	11,03	8,56	72,04	385,18	0,21	2	0,3	0	270,7	7,2	48,73	1,61	
	ОБЕД														
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	250	5,78	4,1	14,25	116,93	0,06	4,6	126,7	0,06	13	45	16	2,6	
246	Гуляш из говядины (соус красный)	100	11,04	10,39	23,87	221	0,07	5,07	1,49	0	24,4	95,35	19,22	1,7	
54-1г-2020	Макаронные 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	0	14	28	0	6	0	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	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	24,44	23,12	127,51	766,19	0,31	15,85	150,57	0,27	93,45	244,62	68,16	6,94	
	Итого	1210	35,47	31,68	199,55	1151,37	0,52	17,85	150,87	0,27	364,15	251,82	116,89	8,55	