

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

МЕНЮ НА 30 ЯНВАРЯ
 ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	1, наименование	2	3	4	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)								Минеральные вещества (мг)				
					Б	Ж	У	В ₁	В ₂	С	А	Д	Са	Р	Мg	Fe				
1				4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,6		0,01	2,28	0,68	0	19	22	11	1,1					
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	4,74	5,8	13,62	125,52														
54-27м-2020	Капуста тушеная с мясом птицы	250	16,8	16,2	45,25	349,88		0,1	5,54	104	0	21	51,4	19,8	2,8					
54-3гн-2020	Чай лимонный и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9		0,07	34	49,5	0	88	148	74	1					
108. пром	Хлеб пшеничный	30	1,87	0,25	14,75	70,3		0	1,16	0,38	0	6,9	8,5	4,6	0,7					
110. пром	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8		0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0					
6	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44		0,11	0,14	0	0,11	25,55	43,75	14	0,98					
всего		860	26,31	25,57	104	709		0,32	69,76	154,86	0,11	189,75	280,85	127,2	6,68					

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ БОРДИНА Е.В.

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

МЕНЮ НА 30 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	D	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
54-133-2020	Салат из свеклы отварной	100	1,33	4,5	7,67	76	0,16	3,8	1,13	0	31,67	36,67	18,33	1,8	
54-27М-2020	Капуста тушеная с мясом птицы	250	16,8	16,2	45,25	349,88	0,07	34	49,5	0	88	148	74	1	
54-3ГН-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9	0	1,16	0,38	0	6,9	8,5	4,6	0,7	
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	600	21,7	21,17	83,65	569,88	0,34	39,14	51,31	0,11	156,62	244,12	114,73	4,48	

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ

БОРОДИНА Е.В.

Бор

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



МЕНЮ НА 30 ЯНВАРЯ
ДЛЯ ОБЗ

№ рец. по сборнику	наименование порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Б	Ж	У	В1	С	А	Д	Са	Р	Мг	Fe
186	Каша пшеничная 200	10,58	8,79	31,7	0,07	0,05	0	0	145,31	0	14,93	0,9
108. пром	Хлеб пшеничный 30	1,87	0,25	14,75	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	0,02							
	всего	15,3	11,45	71,05	0,09	0,54	0,38	0,05	219,01	24	24,73	1,25
	ОБЕД	430		385,3								
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский 250	5,93	7,25	17	0,12	6,9	130	0	26,25	64,25	24,75	3,5
54-27м-2020	Капуста тушеная с мясом птицы 250	16,8	16,2	45,25	0,07	34	49,5	0	88	148	74	1
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром 200	0,3	0	6,7	0	1,16	0,38	0	6,9	8,5	4,6	0,7
108. пром	Хлеб пшеничный 30	1,87	0,25	14,75	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0
110. пром	Хлеб ржаной 20	1,4	0,22	9,28	0,11	0,14	0	0,11	25,55	43,75	14	0,98
	всего	26,3	23,92	92,98	0,3	42,24	180,18	0,11	151,2	271,7	121,15	6,18
	Итого	1180	41,6	164,03	0,39	42,78	180,56	0,16	370,21	295,7	145,88	7,43

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Борд* БОРОДИНА Е.В.