

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ - ЧОНОСОВСАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " БЮРЧИМОВ Б.В.  
31 ЯНВАРЯ 2023 Г



МЕНЮ НА 31 ЯНВАРЯ  
ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, наименование порции, г	Пищевые вещества (г)							Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У	В1	С	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	Ca	Р	Мg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
57	Салат из картофеля	60	0,59	3,69	2,24	44,52	0,03	2	0,02	0,52	22,4	38,5	23,61	0,66						
	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						
54-7с-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	150	6,07	12,5	48,47	372,4	0,03	0	18,4	0,09	6,9	73	24	2,7						
54-20-тн-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 *Бур* БОРОДИНА Е.В.

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



МЕНЮ НА 31 ЯНВАРЯ  
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	№, 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			
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			
	<b>Итого</b>	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 ЗАВХОЗ *Бор* БОРОДИНА Е.В.

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



МЕНЮ НА 31 ЯНВАРЯ  
ДЛЯ ОБЗ

№ реч. по сборнику	№, наименование порции, г	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В1	С	А	D	Ca	P	Mg	Fe	
4	Каша рисовая молочная	200	6,8	11,44	26,78	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	0	0,04	0,3	0	4,5	7,2	3,8	0	
66	Чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	0,03	1,43	0	0	137	0	0	0,43	
	всего	430	10,07	13,29	57,93	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	0,1	8,6	122	0	17,25	68,25	2,6	4	
54-3м-202	Голубцы ленивые	100	8,4	7,6	6,4	0,03	11	9,18	0,04	32	92	19	3,6	
54-6г-2020	Рис отварной	180	7,28	14,82	58,16	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	0,01	2,64	0,9	0,2	9	11	6	2,7	
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	
	Итого	450	11,47	13,51	67,21	0,22	2,56	0,85	1,03	383,72	157,62	65,64	2,1	

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ *Бун* БОРОДИНА Е.В.