

УТВЕРЖДАЮ: ВРИО ДИРЕКТОРА МОКУ" ИКИ ЧОНОВСАКАЯ СОШ ИМ. С.О. ДОРДЖИЕВА " 6 ОКТЯБРЯ 2022Г

БЮРЧИЕВ Б.В.

МЕНЮ НА 6 ОКТЯБРЯ
ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по	и, наименов	порции, г	евые вещества (г)			У	7	итамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	В			С	А	D	Ca	P	Mg		
1	2	3	4	5	6		8	9	10	11	12	13	14		
54-11з-2020	Салат из моркови и яблок	100	5,17		7,17	123,67	0,05	6,05	122,17	0	23,33	36,67	26,67		
54-9р-2020	Рыба запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	11,4	10,1	30,75	203,6	0,09	0,27	56,3	0,28	110	226	46		
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		
30	Сок фруктовый	200	0,3	0	1,7	70	0,03	4,01	0	0,2	14,05	14,05	8,02		
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		
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		
	Итого	630	23,81	31,59	99,41	810,49	0,42	22,75	207,33	0,68	224,23	428,47	132,09		

СОСТАВИЛ ЗАВХОЗ

БОРОДИНА Е.В.

Бор