



МЕНЮ на 05 февраля
1-4 класс

№ рецептур	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
						день											
25	салат степной	60	0,55	0,1	1,9	11	0,05	5	0	0	0	0	18,73	0	7	0,3	0,3
140	суп на курином бульоне	200	9	12	24	195	0	0,95	0	0	0	0	27,3	0	27,2	0,73	0,73
290	птица тушеная в красном соусом	90	7,8	8	23	150	0,06	9,71	43	0	0	0	31,5	132,9	33,2	1,6	1,6
321	капуста тушеная	150	1,01	3,48	4,52	113,53	0,03	17,5	0	0	0	0	58	0	0	0,8	0,8
356	кисель	200	0,31	0	19,6	160	0	15	0	0	0	0	29,5	0	1	0	0
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0	0,52	0	9,2	34,8	13,2	0,3	0,3
125	фрукт (банан)	100	1,25	0,76	14,7	49	0,03	0,6	0,02	0	0	0	119	91	14	1	1
	Итого:	850	24,18	24,94	114,36	806,53	0,21	48,76	43	0,52	258,7	293,23	95,6	4,73	4,73		



меню на 05 февраля

5-11класс

№ рецептур	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы							
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	минералы (мг)		
25	салат "степной"	100	1,25	1,5	3,3	0,05	0,05	9,63	0	0	0	0,82	18,73	0	0	7
140	суп на курином бульоне	240	10,6	9,5	30,8	0	0	0,95	0	0	0	0,73	27,3	0	0	27,2
290	птица тушеная в красном соусе	100	9,76	10,5	31,2	0,06	0,06	9,71	43	0	0	1,6	31,5	132,9	0	33,2
321	капуста тушеная	150	1,01	6,48	4,52	0,03	0,03	17,5	0	0	0	1,2	58	0	0	0
356	кисель	200	0,31	0	19,6	0	0	15	0	0	0	0	29,5	0	0	1
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,04	0,04	0	0	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	13,2
	Итого:	840	27,19	28,58	116,06	0,18	0,18	52,79	43	0,52	0,52	5,05	174,23	167,7	81,6	81,6



Утверждаю:

директор школы

Н.В. Кравцова

2025г.

меню на 05 февраля

ОВЗ

№ рецептур	наименование блюд	масса порции и (г)	пище вые вещества (г)	пище вые вещества (г)	пище вые вещества (г)	энергетическая ценность (ккал) день	ВИТАМИН			минерал			минерал					
							В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
			Б	Ж	З - й завтрак													
40	суп молочный гречневый	200	12,65	14,84	35,2	389	0,09	6,6	0	0	19,68	53,32	21,6	0,87				
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	6	0	0	0,4				
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0				
	Итого :	430	15	15,1	64,96	519,32	0,13	6,6	0	0	25,68	53,32	21,6	1,27				
25	салат степной	100	1,25	1,5	3,3	60	0,02	5,95	0	0	18,73	0	12,07	0,49				
140	суп на курином бульоне	200	10,6	9,5	30,8	173	0	0,95	0	0	27,3	0	27,2	0,73				
290	птица тушенная в красном соусе	100	9,76	10,5	31,2	185	0,08	12,9	53,75	0	42	166,13	44,2	2,13				
321	капуста тушенная	150	1,01	6,48	4,52	113,53	0,04	25,5	0	0	87	0	0	1,2				
356	кисель фруктовый	200	0,31	0	19,6	160	0	15	0	0	29,5	0	0	0				
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0	0	0	0	0				
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0				
	Итого :	800	27,19	28,58	116,06	819,53	0,18	60,3	53,75	0	204,53	166,13	84,47	4,55				