



Утверждаю  
директор школы  
Н. В. Кравцова

" 06 " 02 2024г

меню на 07 февраля  
1 - 4 класса

№ реце птур ы	наименование блюد	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			энергети ческая ценность ( ккал)	витамины			минерал ы (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	Mg			
					1 - й	День											
52	салат из свеклы отварной	60	0,08	2	2,98	62	0,01	5,7	0	0	0,8	21,09	24,58	12,54			
103	суп рисовый	200	3,38	5,58	6,35	127,3	0,08	6,6	0	0	0,71	18,44	50,04	20			
279	тефтели	90	8,5	9,55	24	166,75	0,06	0,85	39	0	0,96	43,9	106,7	21,6			
309	макароны отварные	150	5,6	4,51	26	158,6	0,16	0	0	5,31	1,55	1,55	73,37	13,7			
945	чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86	0	0,3	0	0	0,28	11,1	0	1,4			
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0	0,4	0	0	0			
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2			
125	фрукт (яблоко)	100	0,6	0,6	14,7	17	0,03	0,6	0,02	0	1	119	91	14			
	итого:	750	23,82	24,44	117,07	745,65	0,35	13,45	39	5,83	5	105,28	289,49	82,44			



Утверждаю  
 директор школы:  
Фрава / Н.В. Крацова  
 " 06 " 02 2024г

меню на 07 февраля  
 5 - 11 класс

№ реце	наименование блюд	масса порции	Пищевые вещества		энергетическая ценность	витамины				минералы				
			Б	Ж		У	1 - й день	В1	С	А	Е	Fe	Ca	Р
52	салат из свеклы отварной	100	1,8	3	3,98	62	0,02	9,5	0	0	1,33	35,15	40,97	20,9
103	суп рисовый	200	5	8	15	152,9	0,08	6,6	0	0	0,71	18,44	50,04	20
279	тефтели	100	10,15	11,5	30	255	0,06	0,85	39	0	0,96	43,9	106,7	21,6
309	макароны отварные	150	5,6	4,51	25	158,6	0,16	0	0	5,31	1,55	1,55	73,37	13,7
945	чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86	0	0,3	0	0	0,28	11,1	0	1,4
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0	0,4	0	0	0
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2
	итого:	800	28,21	29,21	117,07	842,5	0,36	17,25	39	5,83	5,53	119,34	305,88	90,8



Утверждаю:

директор школы

У. М. / Н. В. Кравцова

№ 02

меню на 07 февраля

ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порци и (г)	пищевые вещества (г)	пищевые вещества (г)	пищевые вещества (г)	энергетич еская ценность (ккал)	витамин ы B1	витамин ы C	витамин ы A	витамин ы E	минерал ы Ca	минерал ы P	минерал		минерал ы Fe	
													ы Mg	ы		
			Б	Ж	У	день										
				1-й завтрак												
	каша манная															
168	молочная	200	10,06	7,8	30,24	157,78	0,04	0	20	0	10,7	38,6	7,9	0,47		
945	чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86	0	0,3	0	0	11,1	0	1,4	0,28		
14	масло сливочное	10	2,25	8,3	0,1	95	0	0	59	0	1	2	0	0		
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0		
	итого :	440	15,99	17,94	61,5	409,1	0,08	0,3	79	0	22,8	40,6	9,3	0,75		
				ОБЕД												
	салат из свеклы															
52	отварной	100	1,8	3	3,98	62	0,02	9,5	0	0	35,15	40,97	20,9	1,33		
103	суп рисовый	200	5	8	15	152,9	0,08	6,6	0	0	18,44	50,04	20	0,71		
279	тефтели	100	10,15	11,5	30	255	0,06	0,85	39	0	43,9	106,7	21,6	96		
309	макароны отварные	150	6	4,51	25	160,8	0,16	0	0	5,31	1,55	73,37	13,7	1,55		
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	15	60	0,01	3,67	0,01	0,01	112,55	185,54	99,08	18,42		
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	27,28	27,63	115,62	818,7	0,37	20,62	39,01	5,32	211,59	456,62	175,28	118,01		