



*Храп*  
 директор школы  
 Н. В. Кравцова

" 04 " 10 2024г

меню на 07 октября  
 1-4 класс

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергети ческая ценность ( ккал)	витамины			минерал ы (мг)					
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	Р	минерал ы (мг)
49	салат витаминный	60	0,55	0,1	1,9	11	0,05	5	0	0,3	18,73	0	0	7
103	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,31	4,15	12,11	85,75	0,09	6,6	0	0,85	19,68	53,32	21,6	
268	КОТЛЕТА ГРЕЧКА	90	11	14	28	230	0,08	0,12	23	1	35	133,1	25,7	
302	РАССЫПЧАТАЯ какао с молоком	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	3,8	15,57	0	81	
945	2 хлеб ржаной	200	3	1,6	16,4	91	0,01	1,08	0	0,6	6,4	3,6	0	
7117	хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0,6	0,4	15	4,4	14,16	
125	фрукт ( банан)	100	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	
	ИТОГО:	850	26,83	25,9	112,59	705,2	0,03	13,4	23,02	1,12	8,25	320,22	176,66	



меню на 07 октября  
5-11класс

№ реце птур ы	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергети ческая ценность (ккал)	витамины			минералы						
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	Мg	
49	салат "витаминный"	100	1,7	1,8	100,5	0,02	5,95	0	0,3	18,73	0				
	СУП С				День										
103	МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	240	4,5	5,53	180	0,09	6,6	0	0,85	19,68	53,32	21,6			
268	КОТЛЕТА	100	10,9	11,9	186	0,01	0,12	23	1	35	133,1	25,7			
302	ГРЕЧКА	150	3,46	4,69	110,45	0									
945	РАССЫПЧАТАЯ какао с молоком	200	3	3,54	118,6	0,01	1,08	0	0,6	6,4	3,6	0			
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	57,68	0	0	0	0,6	15	4,4	14,16			
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2			
	ИТОГО:	800	27,82	28,06	823,55	0,17	13,75	23	7,25	119,58	229,22	162,66			



меню на 07 октября  
ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	пище вые вещества (г)		пище вые вещества (г)	энергетич еская ценность (ккал) день	витами н		витами н		витами н		витами н		витами н		витами н	
			Б	Ж			У	В1	С	А	Е	Ca	Р	Мg	Fe			
				Ж	У													
				6 -й														
				завтрак														
168	каша манная молочная	200	10,06	7,8	30,24	260	0,04	0	20	0	10,7	0	38,6	0	12,07	0	7,9	0,47
945	чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86	0	0,3	0	0	11,1	0	0	0	11,1	0	1,4	0,28
14	масло сливочное	10	2,25	8,3	0,1	105	0	0	59	0	1	0	2	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	0	0	0	0
	Итого :	440	15,99	17,94	61,5	521,32	0,08	0,3	79	0	22,8	0	40,6	0	22,8	0	9,3	0,75
				ОБЕД														
49	салат витаминный	100	1,7	1,8	19	100,5	0,02	5,95	0	0	18,73	0	0	0	18,73	0	12,07	0,49
103	суп с макаронными изделиями	200	4,5	5,53	23,6	180	0,09	6,6	0	0	19,68	0	53,32	0	19,68	0	21,6	0,87
268	котлета	100	10,9	11,9	15,7	186	0,1	0,15	28,75	0	43,75	0	166,38	0	43,75	0	32,13	1,5
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	12,98	0	0	0	12,98	0	67,5	3,95
495	какао с молоком	200	3	3,54	17,57	118,6	0,01	1,08	0	0	6,4	0	3,6	0	6,4	0	0	0,18
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	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	0	0	0	0	0	0	0
	Итого :	800	27,82	28,06	115,35	823,55	0,26	13,78	28,75	0	101,54	0	223,3	0	101,54	0	133,3	6,99