



меню на 12 ноября  
1-4 класс

№ 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)	минералы (мг)	минералы (мг)
47	салат из квашенной капусты	60		1,04	0,5	5,12	15,35	0,05	5	0	0	0,3	18,73	0	0	7
103	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		3,31	4,15	12,11	195	0,09	6,6	0	0	0,85	19,68	53,32	21,6	
268	КОТЛЕТА	90		9,04	12	28	230	0,08	0,12	23	0	1	35	133,1	25,7	
302	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	150		3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	3,8	15,57	0	81	
945	какао с молоком	200		3	1,6	16,4	91	0,01	1,08	0	0	0,6	6,4	3,6	0	
2	хлеб ржаной	20		1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0,6	0,4	15	4,4	14,16	
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 (банан)	100		1,25	0,76	14,7	49	0,03	0,6	0,02	0	1	119	91	14	
	ИТОГО:	850		25,36	24,3	115,81	818,8	0,3	13,4	23,02	1,12	8,25	238,58	320,22	176,66	





меню на 12 ноября  
5-11класс

№ реце птур ы	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергети ческая ценность (ккал)	витамины		минералы		минералы (мг)	минералы (мг)	минералы (мг)
			Б	Ж		У	В1	С	А			
47	салат из квашенной капусты	100	1,1	0,5	6	0,02	5,95	0	0,3	18,73	0	7
103	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	240	4,5	5,53	23,6	0,09	6,6	0	0,85	19,68	53,32	21,6
268	КОТЛЕТА	100	10,9	14	30	0,01	0,12	23	1	35	133,1	25,7
302	ГРЕЧКА	150	3,46	4,69	12,84	0	0	0	3,8	15,57	0	81
945	РАССЫПЧАТАЯ какао с молоком	200	3	3,54	17,57	0,01	1,08	0	0,6	6,4	3,6	0
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	0	0	0	0,6	15	4,4	14,16
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2
	ИТОГО:	800	27,22	28,86	116,65	0,17	13,75	23	7,25	119,58	229,22	162,66





меню на 12 ноября  
ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюда	масса порции (г)	пище вые вещества (г)	пище вые вещества (г)	пище вые вещества (г)	энергетич еская ценность (ккал)	витамины			минералы								
							В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
			Б	Ж	У	День												
				6-й														
				завтрак														
168	каша манная молочная	200	10,06	7,8	30,24	260	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	105	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	521,32	0,08	0,3	79	0	22,8	40,6	9,3	0,75				
				ОБЕД														
70	салат из квашенной капусты	100	1,1	0,5	6	16	0,02	5,95	0	0	18,73	0	12,07	0,49				
103	суп с макаронными изделиями	200	4,5	5,53	23,6	200	0,09	6,6	0	0	19,68	53,32	21,6	0,87				
268	котлета	100	10,9	11,9	30	250	0,1	0,15	28,75	0	43,75	166,38	32,13	1,5				
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	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	3,6	0	0,18				
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	27,22	26,76	116,65	823,05	0,26	13,78	28,75	0	101,54	223,3	133,3	6,99				