



меню на 12 декабря
1-4 класс

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)	Пищевые вещества (г)	Пищевые вещества (г)	энергети ческая ценность (ккал)	витамины			минерал ы (мг)	минерал ы (мг)	минерал ы (мг)		
							В1	С	А				Е	Fe
47	салат из квашенной капусты	60	1,04	0,5	5,12	5,35	0,05	5	0	0	0,3	18,73	0	7
103	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,31	4,15	12,11	85,75	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	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	3,8	15,57	0	81
945	РАССЫПЧАТАЯ 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	699,55	0,3	13,4	23,02	1,12	8,25	238,58	320,22	176,66



меню на 12 декабря
 5-11класс

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергети ческая ценность (ккал)	витамины		витамины		витамины		минерал ы (мг)		минерал ы (мг)		минерал ы (мг)	
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	Mg			
47	салат из квашенной капусты	100	1,7	1	9	10,21	0,02	11,96	0,06	0	0,41	31,53	24	9,68			
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,5	5,53	23,6	180	0,09	6,6	0	0	0,85	19,68	53,32	21,6			
268	КОТЛЕТА	100	12,9	14,6	35	265	0,01	0,12	23	0	1	35	133,1	25,7			
	ГРЕЧКА	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	3,8	15,57	0	81			
302	РАССЫПЧАТАЯ какао с молоком	200	3	3,54	17,57	118,6	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			
	ИТОГО:	800	29,82	29,96	124,65	812,26	0,17	13,75	23	1,12	7,25	119,58	229,22	162,66			



Утверждаю:

директор школы

/ Н.В. Кравцова

" 12 " 12 2023г

меню на 12 декабря

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)	витами ы B1	витами ы C	витами ы A	витами ы E	витами ы Ca	минерал ы P	минерал ы Mg	минерал ы Fe	
															Б
168	каша манная молочная	200	10,06	7,8	30,24	157,78	0,04	0	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	0	11,1	0	1,4	0,28
14	масло сливочное	10	2,25	8,3	0,1	95	0	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	0
	итого :	440	15,99	17,94	61,5	409,1	0,08	0,3	0,3	79	0	22,8	40,6	9,3	0,75
				ОБЕД											
47	салат из квашенной капусты	100	1,7	1	9	10,21	0,02	5,95	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	0	19,68	53,32	21,6	0,87
268	котлета	100	12,9	14,6	35	265	0,1	0,15	28,75	0	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	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	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	0
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0	0
	итого :	800	29,82	29,96	124,65	812,26	0,26	13,78	28,75	0	0	101,54	223,3	133,3	6,99