



Утверждаю:
директор школы
Н.В. Кравцова
"13" "02" 2024г

меню на 14 февраля
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)				
							В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	Mg
			У	Ж	Б	День								
			5 - й											
2011	салат из моркови с яблоком	60		1,9	3	50,4	0	28,5	36,7	0	0	19,32	17,7	7,08
102	суп гороховый	200	13,06	4,22	4,39	123	0,18	4,65	0	0	0,45	30,46	69,74	28,24
246	гуляш из говядины (1категории)	90	25	13,5	8,48	200	0,07	5,07	1,49	2,25	0,85	27,7	98	19,5
301	рис отварной чай черный сладкий витаминизированный	150	21	4	4	150	0	0	0	0	0	140,76	392	115
376	200		15	0,02	0,07	60	0	0	0	0	0	6	0	0
2	хлеб ржаной	20	11,88	0,36	1,98	57,68	0	0	0	0	0,4	0	0	0
7117	хлеб пшеничный	30	14,76	0,24	2,28	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2
	итого :	750	107,7	24,24	24,2	711,4	0,29	38,22	38,19	2,77	2	233,44	612,24	183,02



Утверждаю:
 Директор школы
 / Н.В. Кравцова

№ 16 " 16 " 2024г

меню на 14 февраля
 5-11класс

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы (мг)								
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	Mg			
					День												
8	салат "морковный"	100	0,58	3,11	31	0,06	3,29	0	1,57	0,66	25,38	51,84	35,72				
102	суп гороховый	200	6,5	6,9	215	0,18	4,65	0	0	0,45	30,46	69,74	28,24				
	гуляш из говядины	100	11,3	12,95	260	0,07	5,07	1,49	2,25	0,85	27,7	98	19,5				
301	рис отварной	150	6	6	187	0	0	0	0	0	140,76	392	115				
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	60	0	0	0	0	0	6	0	0				
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	57,68	0	0	0	0	0,4	0	0	0				
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2				
	итого :	800	28,71	29,58	881	0,35	13,01	1,49	4,34	2,66	239,5	646,38	211,66				



Утверждаю:
 Для
 Документ директор школы
 Мах / Н.В. Кравцова
 14.02.2024

меню на 14 февраля
 ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	пище вые вещества (г)		энергетич еская ценность (ккал) День	витами ны		витами ны		витами ны		минерал ы		минерал ы		минерал ы	
			Б	Ж 5-й завтрак		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
173	каша пшеничная молочная	200	13	14,84	32	270,68	0,127	0,87	0	0	133,7	0	42,2	2,15			
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	15,35	15,1	61,76	401	0,167	0,87	0	0	139,7	0	42,2	2,55			
				ОБЕД													
8	салат " морковный"	100	0,58	3,11	3,3	31	0,06	3,29	0	1,57	25,38	51,84	35,72	0,66			
102	суп гороховый	200	6,5	6,9	13,06	215	0,18	4,65	0	0	30,46	69,74	28,24	1,62			
245	гуляш (из мясо кур)	100	10,3	12,3	30	250	0,06	9,71	0	0	31,5	0	33,2	1,6			
301	рис отварной	150	6	6	33	187	0	0	0	0	140,76	392,085	115,215	1,6			
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	15	60	0	3,34	0	0	122	90	14	0,56			
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	27,71	28,93	121	871	0,34	20,99	0	1,57	350,1	603,665	226,375	6,04			