



меню на 16 февраля  
1-4 класс

№ реце птур ы	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергети ческая ценность (ккал)	витамины							минерал ы (мг) Mg					
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca		Р				
					День													
70	огурец соленый в нарезке	60	1,16	0,5	1,38	12,6	0,02	4	0	0,1	11,2	0	0	0	0	0	0	6
82	Борщ со сметаной	200/10	6,35	10,5	24	230	0,04	8,23	0	0,95	35,5	0	0	0	0	0	42,58	21
26	рыба тушенная в красном соусе	90	9,8	8,96	15,4	184	0,1	3,35	0,01	0,5	52,11	0	0	0	0	0	238,46	59,77
312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,6	6	28,9	106	0	2,02	0,36	0,3	227,18	0	0	0	0	0	146,64	22,2
377	ЧАЙ С лимоном	200	0,53	0,02	15,2	62	0,01	3,67	0,01	0,28	112,55	0,01	0,01	0,01	0,4	0,4	185,54	99,08
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0,6	15	0	0	0	0	0	4,4	14,16
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0,3	9,2	0	0	0	0	0	34,8	13,2
	ИТОГО :	760	26,7	26,58	111,52	722,6	0,21	21,27	0,38	2,83	462,74	1,13	1,13	1,13	2,83	2,83	652,42	235,41



Утверждаю:  
 директор школы  
 Н.В. Кравцова  
 "15" "02" 2024г

меню на 16 февраля

5-11класс

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы									
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	Р	Мg				
	огурец соленый в нарезке	100		1,14	0,7			16,8	0,03	0,04	0,06							
82	Борщ со сметаной	200	7	15,5	24		278	0,04	8,23	0				0,95	35,5	42,58		21
26	рыба тушеная в красном соусе	100		11,6	18,3		250	0,1	3,35	0,01				0,5	52,11	238,46		59,77
	ПЮРЕ																	
312	КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		5,6	4		110	0	2,02	0,36				0,3	227,18	146,64		22,2
377	ЧАЙ С лимоном	200		0,53	15,2		62	0,01	3,67	0,01				0,28	112,55	185,54		99,08
	2 хлеб ржаной	20		1,98	0,36		57,68	0	0	0				0,4	15	4,4		14,16
7117	хлеб пшеничный	30		2,28	14,76		70,32	0,04	0	0				0,3	9,2	34,8		13,2
	ИТОГО :	800		30,13	117,44		844,8	0,22	17,31	0,44				4,06	461,54	676,42		243,41



Утверждаю:  
директор школы  
М.В. / Н.В. Кравцова  
" 15 " 02 2024г

меню на 16 февраля  
ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	пище вые вещества		энергетич еская ценность (ккал) День	витами ы		витами ы		витами ы		минерал ы		минерал ы		минерал ы	
			(г)	(г)		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
			Б	Ж	У												
				7 -й завтрак													
168	каша рисовая	200	12,75	14,74	37,08	0,03	0	20	0	5,9	67	21,8	0,47				
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	15	0	0	0	0	6	0	0	0,4				
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,04	0	0	0	0	0	0	0				
	итого :	430	15,1	15	66,84	0,07	0	20	0	11,9	67	21,8	0,87				
				ОБЕД													
70	огурец соленый в нарезке	100	1,14	0,7	2,3	0	5,5	0	0	12	0	8	0,5				
82	борщ	200	7	15,5	24	0,04	8,23	0	0	35,5	42,58	21	0,92				
26	рыба тушеная в красном соусе	100	11,6	10,3	18,3	0,11	3,9	0,01	0	60,08	273,4	67,3	1,1				
312	пюре картофельное	150	5,6	4	31	0,34	2,02	0,36	0	227,18	146,64	22,2	0,5				
377	чай с лимоном	200	0,53	0,02	15,2	0	0,3	0	0	11,1	0	1,4	0,28				
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	0	0	0	0	0	0	0	0				
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,04	0	0	0	0	0	0	0				
	итого :	800	30,13	31,12	117,44	0,53	19,95	0,37	0	345,86	462,62	119,9	3,3				