



"Утверждаю"

Директор школы:

*Граф Н.В. Кравцова.*

< 20 > 12 2023 г

МЕНЮ на 21 декабря  
1-4 класс

№ рецептуры	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы (мг)							
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
						<b>день</b>											
25	салат степной	60	0,55	1,1	2,9	55	0,05	5	0	0	0	0	18,73	0	7	0,3	0,3
140	суп на курином бульоне	200	9	11	26	195	0	0,95	0	0	0	0	27,3	0	27,2	0,73	0,73
290	птица тушеная в красном соусе	90	7,8	8	25,2	180	0,06	9,71	43	0	0	0	31,5	132,9	33,2	1,6	1,6
321	капуста тушеная	150	1,01	3,48	4,52	113,53	0,03	17,5	0	0	0	0	58	0	0	0,8	0,8
377	чай с лимоном	200	0,53	0,02	15,2	62	0	15	0	0	0	0	29,5	0	1	0	0
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	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	0,52	9,2	34,8	13,2	0,3	0,3
125	фрукт (банан)	100	1,25	0,76	14,7	49	0,03	0,6	0,02	0	0	0	119	91	14	1	1
	<b>Итого:</b>	<b>850</b>	<b>24,4</b>	<b>24,96</b>	<b>115,16</b>	<b>782,53</b>	<b>0,21</b>	<b>48,76</b>	<b>43</b>	<b>0,52</b>	<b>293,23</b>	<b>258,7</b>	<b>95,6</b>	<b>4,73</b>	<b>95,6</b>	<b>4,73</b>	<b>4,73</b>



Утверждаю:

Директор школы  
Кривошапкина / Н.В. Кравцова

" 20 " 12 2023г

меню на 21 декабря

5-11класс

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины		минералы		витамины	минералы		минералы	
			Б	Ж		У	В1	С	А		Е	Fe		Ca
25	салат "степной"	100	1,25	1,5	3,3	60	0,05	9,63	0	0	0,82	18,73	0	7
140	суп на курином бульоне	200	10,6	9,5	30,8	220	0	0,95	0	0	0,73	27,3	0	27,2
290	птица тушеная в красном соусе	100	9,76	10,5	37	240	0,06	9,71	43	0	1,6	31,5	132,9	33,2
377	капуста тушеная	150	1,01	6,48	4,52	113,53	0,03	17,5	0	0	1,2	58	0	0
356	чай с лимоном	200	0,53	0,02	15,2	62	0	15	0	0	0	29,5	0	1
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0	0,4	0	0	0
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	27,41	28,6	117,46	823,53	0,18	52,79	43	0,52	5,05	174,23	167,7	81,6



Утверждаю:

директор школы

*Кравцова* / Н.В. Кравцова

" 20 " 12 2023г

меню на 21 декабря

ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюда	масса порци и (г)	пище вые вещества (г)		энергетич еская ценность (ккал) день	витами ны		витами ны		витами ны		минерал ы		минерал ы	
			Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
			Б												
			3 -й завтрак												
40	суп молочный гречневый	200	12,65	14,84	270,68	0,09	6,6	0	0	19,68	53,32	21,6	0,87		
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	60	0	0	0	0	6	0	0	0,4		
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0		
	итого :	430	15	15,1	401	0,13	6,6	0	0	25,68	53,32	21,6	1,27		
			ОБЕД												
25	салат стелной	100	1,25	1,5	60	0,02	5,95	0	0	18,73	0	12,07	0,49		
140	суп на куринном бульоне	200	10,6	9,5	220	0	0,95	0	0	27,3	0	27,2	0,73		
290	птица тушенная в красном соусе	100	9,76	10,5	240	0,08	12,9	53,75	0	42	166,13	44,2	2,13		
321	капуста тушенная	150	1,01	6,48	113,53	0,04	25,5	0	0	87	0	0	1,2		
377	чай с лимоном	200	0,53	0,02	62	0	15	0	0	29,5	0	1	0		
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	57,68	0	0	0	0	0	0	0	0		
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0		
	итого :	800	27,41	28,6	823,53	0,18	60,3	53,75	0	204,53	166,13	84,47	4,55		