



меню на 25 декабря
1-4 класс

№ реце птур ы	наименование блюдо	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			
					5 - й день												
2011	салат из моркови с яблоком	60	3	1,9	7	50,4	0	28,5	36,7	0	0	0	19,32	17,7	7,08		
102	суп гороховый	200	4,39	4,22	13,06	123	0,18	4,65	0	0	0,45	30,46	69,74	28,24			
246	гуляш из говядины (1категории)	90	8,48	13,5	25	200	0,07	5,07	1,49	2,25	0,85	27,7	98	19,5			
301	рис отварной	150	4	4	21	150	0	0	0	0	0	140,76	392	115			
376	чай черный сладкий витаминизирован ный	200	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	0	6	0	0			
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 :	750	24,2	24,24	107,7	711,4	0,29	38,22	38,19	2,77	2	233,44	612,24	183,02			



меню на 25 декабря
5-11класс

№ рецеп туры	наименование блюд	масса порци и (г)	Пищевые вещества (г)		энергети ческая ценность (ккал)	витамины			минерал ы (мг)							
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	Р	Мg		
					день											
8	салат "морковный"	100	0,58	3,11	3,3	0,06	3,29	0	1,57	0,66	25,38	51,84	35,72			
102	суп гороховый	200	6,5	6,9	13,06	0,18	4,65	0	0	0,45	30,46	69,74	28,24			
246	гуляш из говядины	100	11,3	12,95	25	0,07	5,07	1,49	2,25	0,85	27,7	98	19,5			
301	рис отварной	150	6	6	33	0	0	0	0	0	140,76	392	115			
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	15	0	0	0	0	0	6	0	0			
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	0	0	0	0	0,4	0	0	0			
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2			
	итого :	800	28,71	29,58	116	0,35	13,01	1,49	4,34	2,66	239,5	646,38	211,66			



Утверждаю:

Директор школы

Handwritten signature / Н.В. Кравцова

" 22 " 12 2023г

меню на 25 декабря

ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюда	масса порции (г)	пище вые вещества		энергетич еская ценность (ккал) день	витамины		витамины		витамины		минералы		минералы		минералы		
			(г)	(г)		В1	С	А	Е	Ca	P	ы	ы	ы	ы	ы	ы	ы
		Б		У														
		Ж																
		5 -й																
		завтрак																
173	каша пшенная молочная	200	13	14,84	270,68	0,127	0,87	0	0	133,7	0	0	42,2	2,15				
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	60	0	0	0	0	6	0	0	0	0,4				
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0	0				
	итого :	430	15,35	15,1	401	0,167	0,87	0	0	139,7	0	0	42,2	2,55				
8	салат " морковный"	100	0,58	3,11	31	0,06	3,29	0	1,57	25,38	51,84	35,72	0,66					
102	суп гороховый	200	6,5	6,9	215	0,18	4,65	0	0	30,46	69,74	28,24	1,62					
245	гуляш (из мяса кур)	100	10,3	12,3	250	0,06	9,71	0	0	31,5	0	33,2	1,6					
301	рис отварной	150	6	6	187	0	0	0	0	140,76	392,085	115,215	1,6					
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	60	0	3,34	0	0	122	90	14	0,56					
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	27,71	28,93	871	0,34	20,99	0	1,57	350,1	603,665	226,375	6,04					