



Утверждаю: директор школы

Храпк / Н.В. Кравцова

" 25 " 12 2023г

меню на 26 декабря
1-4 класс

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергети ческая ценность (ккал)	витамины			минерал ы (мг) Fe	минерал ы (мг) Ca	минерал ы (мг) P	минерал ы (мг) Mg		
			Б	Ж		У	В1	С					А	Е
					День									
47	салат из квашенной капусты	60		0,5	5,12		0,05	5	0	0	0,3	18,73	0	7
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,31	4,15	12,11		0,09	6,6	0	0	0,85	19,68	53,32	21,6
268	КОТЛЕТА	90	9,04	12	28		0,08	0,12	23	0	1	35	133,1	25,7
	ГРЕЧКА													
302	РАССЫПЧАТАЯ	150	3,46	4,69	12,84		0	0	0	0	3,8	15,57	0	81
945	какао с молоком	200	3	1,6	16,4		0,01	1,08	0	0	0,6	6,4	3,6	0
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88		0	0	0	0,6	0,4	15	4,4	14,16
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76		0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2
125	фрукт (банан)	100	1,25	0,76	14,7		0,03	0,6	0,02	0	1	119	91	14
	ИТОГО:	850	25,36	24,3	115,81		0,3	13,4	23,02	1,12	8,25	238,58	320,22	176,66



Утверждаю:
директор школы
Храп / Н.В. Кравцова

" 25 " 12 2023г

меню на 26 декабря
5-11класс

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)	Пищевые вещества (г)	Пищевые вещества (г)	энергети ческая ценность (ккал)	витамины			витами ны E	минерал ы (мг) Fe	минерал ы (мг) Ca	минерал ы (мг) P	минерал ы (мг) Mg
							В1	C	A					
			Б	Ж	У	День								
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	200	3	3,54	17,57	118,6	0,01	1,08	0	0	0,6	6,4	3,6	0
945	какао с молоком	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

Кравцова / Н.В. Кравцова

" 25 " 12 2023г

меню на 26 декабря

ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюда	масса порции (г)	пище вые вещества		пище вые вещества (г)	энергетич еская ценность (ккал) День	витами ы			минерал ы								
			(г)	(г)			В1	С	А	Е	Ca	Р	Мg	Fe				
			Б	Ж	У													
				б -й														
				завтрак														
168	каша манная молочная	200	10,06	7,8	30,24	157,78	0,04	0	20	0	10,7	38,6	0	0	0	0	0	0,47
945	чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86	0	0,3	0	0	11,1	0	0	0	0	0	0	0,28
14	масло сливочное	10	2,25	8,3	0,1	95	0	0	59	0	1	2	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	0	0	0
	Итого :	440	15,99	17,94	61,5	409,1	0,08	0,3	79	0	22,8	40,6	0	0	0	0	0	0,75
				ОБЕД														
47	салат из квашенной капусты	100	1,7	1	9	10,21	0,02	5,95	0	0	18,73	0	0	0	0	0	0	0,49
103	суп с макаронными изделиями	200	4,5	5,53	23,6	180	0,09	6,6	0	0	19,68	53,32	0	0	0	0	0	0,87
268	котлета	100	12,9	14,6	35	265	0,1	0,15	28,75	0	43,75	166,38	0	0	0	0	0	1,5
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	12,98	0	0	0	0	0	0	3,95
495	какао с молоком	200	3	3,54	17,57	118,6	0,01	1,08	0	0	6,4	3,6	0	0	0	0	0	0,18
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	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	0	0	0	0	0	0
	Итого :	800	29,82	29,96	124,65	812,26	0,26	13,78	28,75	0	101,54	223,3	0	0	0	0	0	6,99