



Утверждаю:

директор школы
Гулак / Н.В. Кравцова

2023г

11

24

"

меню на 27 ноября
1-4 класс

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергети ческая ценность (ккал)	витамины			минерал ы (мг)	минерал ы (мг)	минерал ы (мг)			
			Б	Ж		У	В1	С				А	Е	Fe
					День									
47	салат из квашенной капусты	60	1,04	0,5	5,12	5,35	0,05	5	0	0	0,3	18,73	0	7
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,31	4,15	12,11	85,75	0,09	6,6	0	0	0,85	19,68	53,32	21,6
268	КОТЛЕТА	90	9,04	12	28	230	0,08	0,12	23	0	1	35	133,1	25,7
	ГРЕЧКА													
302	РАССЫПЧАТАЯ	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	3,8	15,57	0	81
945	какао с молоком	200	3	1,6	16,4	91	0,01	1,08	0	0	0,6	6,4	3,6	0
2	хлеб ржаной	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
125	фрукт (банан)	100	1,25	0,76	14,7	49	0,03	0,6	0,02	0	1	119	91	14
	ИТОГО:	850	25,36	24,3	115,81	699,55	0,3	13,4	23,02	1,12	8,25	238,58	320,22	176,66



меню на 27 ноября
5-11класс

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		Пищевые вещества (г)	У 6 - й	энергети ческая ценность (ккал)	витамины		витамины E	витами ны	Fe	минерал ы (мг) Ca	минерал ы (мг) P	минерал ы (мг)	минерал ы (мг) Mg
			Б	Ж				В1	С							
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		
302	ГРЕЧКА	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	3,8	15,57	0	81		
945	какао с молоком	200	3	3,54	17,57	118,6	0,01	1,08	0	0	0,6	6,4	3,6	0		
2	хлеб ржаной	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		



меню на 27 ноября
ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	пище вые		энергетич еская ценность (ккал) День	витами ы		витами ы		витами ы		минерал ы		минерал ы		минерал ы	
			вещества (г)	вещества (г)		С	А	Е	Р	Ca	Мg	Fe					
		Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Р	Ca	Мg	Fe					
			6 -й		День												
			завтрак														
168	каша манная молочная	200	7,8	30,24	157,78	0,04	0	20	0	10,7	38,6	7,9	0,47				
945	чай с молоком	200	1,4	16,4	86	0	0,3	0	0	11,1	0	1,4	0,28				
14	масло сливочное	10	2,25	0,1	95	0	0	59	0	1	2	0	0				
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	14,76	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0				
	Итого :	440	17,94	61,5	409,1	0,08	0,3	79	0	22,8	40,6	9,3	0,75				
			ОБЕД														
47	салат из квашенной капусты	100	1,7	9	10,21	0,02	5,95	0	0	18,73	0	12,07	0,49				
103	суп с макаронными изделиями	200	4,5	23,6	180	0,09	6,6	0	0	19,68	53,32	21,6	0,87				
268	котлета	100	12,9	35	265	0,1	0,15	28,75	0	43,75	166,38	32,13	1,5				
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	12,84	110,45	0	0	0	0	12,98	0	67,5	3,95				
495	какао с молоком	200	3	17,57	118,6	0,01	1,08	0	0	6,4	3,6	0	0,18				
2	хлеб ржаной	20	1,98	11,88	57,68	0	0	0	0	0	0	0	0				
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	14,76	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0				
	Итого :	800	29,82	124,65	812,26	0,26	13,78	28,75	0	101,54	223,3	133,3	6,99				