



Утверждаю:

директор школы для

Хуца Н.В. Кравцова

" 28 " 11 2023г

мнею на 29 ноября

5-11 класс

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества		энергетическая ценность (ккал)	Витамины		Витамины		Витамины		минералы		минералы		минералы	
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	Р	Мg			
67	ВИНЕГРЕТ	100	2,35		4,56	0,04	6,15	0	0	13,92	26,98	12,45	41,81				
102	суп гороховый	200	6,5		215	0,18	4,55	0	0	0,45	30,46	69,74	28,24				
2673	печень тушеная в белом соусе	100	11,3		225	0,18	7,71	5,01	0,89	4,95	32,81	244,98	16,68				
309	макаронны отварные	150	5,6		158,6	0,06	0	0	5,31	1,55	1,55	73,37	13,7				
376	чай сладкий	200	0,13		62	0	0	0	0	0	0	0	0				
2	хлеб ржаной	20	1,98		57,68	0	0	0	0,6	0,4	15	4,4	14,16				
7117	хлеб пшеничный	30	2,28		70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2				
	ИТОГО	800	30,14		836,16	0,6	18,51	5,01	7,32	21,57	122	439,74	127,79				



меню на 29 ноября

ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюда	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)		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
		Б	Ж	У													
			8-й														
			завтрак														
173	каша молочная пшеничная	200	13	14,84	32	270,68	0,127	0,87	0	133,7	0	42,2	2,15				
382	какао с молоком	200	4	3,54	17,57	118,6	0,04	1,3	0,01	122	90	14	0,56				
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0				
	итого :	430	19,28	18,62	64,33	459,6	0,207	2,17	0,01	255,7	90	56,2	2,71				
				ОБЕД													
8	салат " морковный"	100	0,58	3,11	3,3	31	0,06	3,29	0	1,57	51,84	35,72	0,66				
102	суп гороховый	200	6,5	6,9	13,06	215	0,18	4,65	0	30,46	69,74	28,24	1,62				
	печень тушеная в белом																
2673	соус	100	11,3	14,2	32	225	0,06	9,71	0	31,5	0	33,2	1,6				
309	макароны отварные	150	5,6	4,51	25	158,6	0,16	0	5,31	1,55	73,37	13,7	1,55				
	чай черный сладкий																
945	витаминизированный	200	0,13	0,02	15,2	62	0	0	0	6	0	0	0,4				
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	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				
	итого :	800	28,37	29,34	115,2	819,6	0,5	17,65	0	6,88	194,95	110,86	5,83				