



Утверждаю:

директор школы
Храбко / Н.В. Кравцова

" 27 " 12 2023г

меню на 29 декабря

1-4 класс

№ рецептуры	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества		энергетическая ценность (ккал)	витамины		витамины	витамины	витамины	минералы (мг)	минералы (мг)	минералы (мг)	минералы (мг)
			Ж	У		В1	С							
				8 - й	день									
67	салат винегрет	60	3,09	17,73	87,24	0,04	18,95	0,37	4,63	2	125,4	112,28	41,81	
102	суп гороховый	200	4,39	13,06	123	0,18	4,65	0	0	0,45	30,46	69,74	28,24	
	печень тушеная в белом соусе	90	7	7	135	0,18	7,71	5,01	0,89	4,95	32,81	244,98	16,68	
309	макароны отварные	150	5,6	16,47	158,6	0,16	0	0	5,31	1,55	1,55	73,37	13,7	
	чай сладкий													
376	витаминизированный	200	0,07	15	60	0	0	0	0	0	6	0	0	
2	хлеб ржаной	20	1,98	11,88	57,68	0	0	0	0,6	0,4	15	4,4	14,16	
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	14,76	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2	
125	фрукт (яблоко)	100	0,6	14,7	17	0,04	5	0	0,33	1	25	0	14,17	
	ИТОГО :	850	25,01	110,6	708,84	0,64	36,31	5,38	12,28	10,65	245,42	539,57	141,96	



Утверждаю:

директор школы

И.В. Кравцова

" 27 " 12 2023г

мнею на 29 декабря

5-11 класс

№ рецептур	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины		витамины		витамины		минералы		минералы		минералы	
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	Mg			
					день												
67	ВИНЕГРЕТ	100	2,35	1,9	47,56	0,04	6,15	0	0	13,92	26,98	12,45	41,81				
102	суп гороховый	200	6,5	6,9	215	0,18	4,65	0	0	0,45	30,46	69,74	28,24				
2673	печень тушеная в белом соусе	100	11,3	14,2	225	0,18	7,71	5,01	0,89	4,95	32,81	244,98	16,68				
309	макароны отварные	150	5,6	4,51	158,6	0,06	0	0	5,31	1,55	1,55	73,37	13,7				
376	чай сладкий	200	0,13	0,02	62	0	0	0	0	0	6	0	0				
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	57,68	0	0	0	0,6	0,4	15	4,4	14,16				
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2				
	ИТОГО :	800	30,14	28,13	836,16	0,6	18,51	5,01	7,32	21,57	122	439,74	127,79				

