



меню на 30 ноября
1-4 класс

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества		Пищевые вещества (г)	энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы				
			Б	Ж			У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	Р
47	салат из квашеной капусты	60	1,04	0,5	5,12	15,35	0,02	4	0	0,1	11,2	0	0	6
96	РАССОЛЬНИК "Ленинградский"	200	6,68	7,09	23,27	170	0	8,38	0	0,9	29	0	0	24
259	жаркое домашнему	240	13,1	18,5	35,4	255	0,13	5,61	15	3,6	19,44	0	0	41,06
356	кисель	200	0,31	0	19,6	160	0	15	0	0,28	29,5	0	0	1
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	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	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2	
	итого	750	25,39	26,69	110,03	728,35	0,19	32,99	15	5,58	113,34	249,83	99,42	

Утверждаю:

Директор школы

Граф / Н.В. Кравцова

" 26 " 11 2023г

меню на 30 ноября

5-11класс

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	Витамины		Витамины		Витамины		Витамины		Витамины		Витамины	
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	Р	Мg			
47	салат из квашеной капусты	100	1,7	1	9	10,21	0,03	0,04	0,06	0	0	0	1,33	10	24	14	
96	РАССОЛЬНИК "Ленинградский"	200	7,6	7,09	30,5	250	0	8,38	0	0	0	0	0,9	29	0	24	
259	жаркое домашнему	250	15,3	20	42	384	0,13	5,61	15	0	0	0	3,6	19,44	210,63	41,06	
356	кисель	200	0,31	0	19,6	160	0	15	0	0	0	0	0,28	29,5	0	1	
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0,6	0	0,4	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	0,3	0,3	9,2	34,8	13,2	
	Итого :	800	29,17	28,69	127,74	932,21	0,2	29,03	15,06	1,12	1,12	6,81	112,14	273,83	107,42		



меню на 30 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	
			вещества (г)	вещества (г)		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
		Б		У											
			Ж	9-й											
			завтрак												
168	каша рисовая	200	12,75	14,74	292	0,03	0	20	0	5,9	67	21,8	0,47		
376	чай сладкий	200	0,07	15	60	0	0	0	0	6	0	0	0,4		
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	14,76	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0		
	итого :	430	15,1	15	422,32	0,07	0	20	0	11,9	67	21,8	0,87		
			ОБЕД												
47	салат из квашенной капусты	100	1,7	9	10,21	0,03	10,06	0	0	18,68	34,61	16,26	1,74		
96	рассольник "Ленинградский"	200	7,6	30,5	250	0	8,38	0	0	29	0	24	0,9		
259	жаркое по-домашнему	250	15,3	42	384	0,21	8,97	24	0	31,1	337	65,7	4,03		
356	кисель	200	0,31	19,6	160	0	0	0	0	6	0	0	0,4		
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	29,17	127,74	932,21	0,28	27,41	24	0	84,78	371,61	105,96	7,07		