



меню на 17 сентября
5 - 11 класс

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)	Пищевые вещества (г)	Пищевые вещества (г)	энергети ческая ценность (ккал)	витами ны	витами ны	витамины А	витамины Е	минерал ы (мг)		минерал ы (мг)	минерал ы (мг)
											Б	Ж		
70	огурец свежий в нарезке	100	0,14	0,7	2,3	16,8	0,03	0,04	0,06	0	1,33	10	24	14
82	Борщ	200	6,35	12,5	24	230	0,04	8,23	0	0,95	35,5	42,58	21	
265	плов из говядины	250	18,5	14	58	410	0,06	0,85	39	0	96	43,9	106,7	21,6
349	компот из сухофруктов	200	0,04	0	4,76	94,2	0,04	1,3	1,01	0	0,56	122	90	14
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0	0,4	0	0	0
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	29,29	27,8	115,7	879	0,21	10,42	40,07	0,52	99,54	220,6	298,08	83,8



Утверждаю:

директор школы №1
/ Н.В. Кравцова

2024г

меню на 17 сентября

ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порци и (г)	пище вые вещества (г)	пище вые вещества (г)	пище вые вещества (г)	энергетич еская ценность (ккал)	витамин ы B1	витамин ы C	витамин ы A	витамин ы E	минерал ы Ca	минерал ы P	минерал ы Mg	минерал ы Fe
209	яйцо отварное	40	10	4,6	1,5	75	0,03	0	0	0,1	0	22	76,8	4,8
12	икра из кабачков	160	3,7	10,68	36	200,3	0,01	4,2	0,11	0	24,6	22,2	9	0,42
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	15	60	0	0	0	0	0	6	0	0,4
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0
	итого :	430	16,05	15,54	67,26	405,62	0,08	4,2	0,21	0	52,6	99	13,8	1,82
70	огурец свежий в наре	100	1,14	0,7	2,3	16,8	0,03	0,04	0,06	0	10	24	14	1,33
82	борщ	200	7	15,5	24	278	0,08	6,6	0	0	18,44	50,04	20	0,71
265	плов из мяса птиц	250	15,2	11	48	301,3	0,06	0,85	39	0	43,9	106,7	21,6	96
349	компот из сухофрукто	200	0,04	0	16	94,2	0,04	1,3	1,01	0	0,56	122	90	14
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	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
	итого :	800	27,64	27,8	116,94	818,3	0,25	8,79	40,07	0	72,9	302,74	145,6	112,04