



"Утверждаю"

Директор школы: А.В. Жентов

13 > 11 2024 г.

МЕНЮ на 21 ноября

1-4 класс

№ рецептур	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы (мг)			минералы (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P		Mg	Fe		
25	салат степной	60	0,55	0,1	1,9	11	0,05	5	0	0	0	18,73	0	7	0,3		
140	суп на курином бульоне	200	9	12	24	195	0	0,95	0	0	0	27,3	0	27,2	0,73		
290	птица тушенная в красном соусом	90	7,8	8	23	150	0,06	9,71	43	0	0	31,5	132,9	33,2	1,6		
321	капуста тушенная	150	1,01	3,48	4,52	113,53	0,03	17,5	0	0	0	58	0	0	0,8		
356	кисель	200	0,31	0	19,6	160	0	15	0	0	0	29,5	0	1	0		
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	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	0,52	9,2	34,8	13,2	0,3		
125	фрукт (банан)	100	1,25	0,76	14,7	49	0,03	0,6	0,02	0	0	119	91	14	1		
	ИТОГО:	850	24,18	24,94	114,36	806,53	0,21	48,76	43	0,52	293,23	258,7	95,6	4,73			



утверждаю:

директор школы
/ Н.В. Кравцова

" 13 " 2024г

меню на 21 ноября

5-11класс

№ рецеп туры	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергети ческая ценность (ккал)	витамины			минералы						
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	Mg	
25	салат "степной"	100	1,25	1,5	3,3	60	0,05	9,63	0	0	0,82	18,73	0	0	7
140	суп на курином бульоне	240	10,6	9,5	30,8	173	0	0,95	0	0	0,73	27,3	0	0	27,2
290	птица тушенная в красном соусе	100	9,76	10,5	31,2	185	0,06	9,71	43	0	1,6	31,5	132,9	33,2	0
321	капуста тушенная	150	1,01	6,48	4,52	113,53	0,03	17,5	0	0	1,2	58	0	0	1
356	кисель	200	0,31	0	19,6	160	0	15	0	0	0	29,5	0	0	0
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0	0,4	0	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	0
	ИТОГО:	840	27,19	28,58	116,06	819,53	0,18	52,79	43	0,52	5,05	174,23	167,7	81,6	0

