



Директор школы
И.В. Кравцова

2024г

" 20 "

меню на 23 сентября
1-4 класс

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергети ческая ценность (ккал)	витамины			минерал ы (мг)	минерал ы (мг)	минерал ы (мг)	минерал ы (мг)	
			Б	Ж		У	В1	С					А
49	салат витаминный	60	0,55	0,1	1,9	0,05	5	0	0,3	18,73	0	0	7
103	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,31	4,15	12,11	0,09	6,6	0	0,85	19,68	53,32	21,6	
268	КОТЛЕТА	90	11	14	28	0,08	0,12	23	1	35	133,1	25,7	
302	ГРЕЧКА	150	3,46	4,69	12,84	0	0	0	3,8	15,57	0	81	
945	РАССЫПЧАТАЯ какао с молоком	200	3	1,6	16,4	0,01	1,08	0	0,6	6,4	3,6	0	
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	0	0	0,6	0,4	15	4,4	14,16	
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,04	0	0	0,3	9,2	34,8	13,2	
125	фрукт (банан)	100	1,25	0,76	14,7	0,03	0,6	0,02	1	119	91	14	
	ИТОГО:	850	26,83	25,9	112,59	0,3	13,4	23,02	8,25	238,58	320,22	176,66	



меню на 23 сентября
5-11класс

№ рецептур	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы							
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	минералы (мг)	минералы (мг)	минералы (мг)
49	салат "витаминовый"	100	1,7	1,8	19	100,5	0,02	5,95	0	0	0	0,3	18,73	0	0	7
	СУП С															
103	МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,5	5,53	23,6	180	0,09	6,6	0	0	0	0,85	19,68	53,32	21,6	
268	КОТЛЕТА	100	10,9	11,9	15,7	165	0,01	0,12	23	0	0	1	35	133,1	25,7	
	ГРЕЧКА															
302	РАССЫПЧАТАЯ	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	0	3,8	15,57	0	81	
945	какао с молоком	200	3	3,54	17,57	118,6	0,01	1,08	0	0	0	0,6	6,4	3,6	0	
	2 хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0,6	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	0,3	9,2	34,8	13,2		
	ИТОГО:	800	27,82	28,06	115,35	802,55	0,17	13,75	23	1,12	7,25	119,58	229,22	162,66		

