



меню на 30 сентября
1-4 класс

№ рецептуры	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 витаминный	60	0,55	0,1	1,9	0,05	5	0	0,3	18,73	0	0	0	0	0	0	0
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	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	1,12	238,58	320,22	176,66					



меню на 30 сентября
5-11класс

№ рецептуры	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины		витамины		витамины		минералы		минералы	
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	Р	Мg	
49	салат "витаминовый"	100	1,7	1,8	100,5	0,02	5,95	0	0	0,3	18,73	0	0	0	7
	СУПС				День										
103	МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	240	4,5	5,53	180	0,09	6,6	0	0	0,85	19,68	5,82	21,6		
268	КОТЛЕТА	100	10,9	11,9	186	0,01	0,12	23	0	1	35	15,1	25,7		
	ГРЕЧКА														
302	РАССЫПЧАТАЯ	150	3,46	4,69	110,45	0	0	0	0	3,8	15,57	0	81		
945	какао с молоком	200	3	3,54	118,6	0,01	1,08	0	0	0,6	6,4	3,6	0		
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	57,68	0	0	0	0,6	0,4	15	1,4	14,16		
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	3,8	13,2		
	ИТОГО:	800	27,82	28,06	823,55	0,17	13,75	23	1,12	7,25	119,58	22,22	162,66		



меню на 30 сентября
ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	пище вые вещества (г)	пище вые вещества (г)	пище вые вещества (г)	энергетич еская ценность (ккал)	витамины			минералы								
							В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe				
		Б		Ж	У	День												
				6 -й завтрак														
168	каша манная молочная	200	10,06	7,8	30,24	157,78	0,04	0	20	0	10,7	38,6	7,9	0,47				
945	чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86	0	0,3	0	0	11,1	0	1,4	0,28				
14	масло сливочное	10	2,25	8,3	0,1	95	0	0	59	0	1	2	0	0				
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0				
	Итого :	440	15,99	17,94	61,5	409,1	0,08	0,3	79	0	22,8	40,6	9,3	0,75				
				ОБЕД														
49	салат витаминный	100	1,7	1,8	19	100,5	0,02	5,95	0	0	18,73	0	12,07	0,49				
103	суп с макаронными изделиями	200	4,5	5,53	23,6	180	0,09	6,6	0	0	19,68	53,32	21,6	0,87				
268	котлета	100	10,9	11,9	15,7	165	0,1	0,15	28,75	0	43,75	166,38	32,13	1,5				
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	12,98	0	67,5	3,95				
495	какао с молоком	200	3	3,54	17,57	118,6	0,01	1,08	0	0	6,4	3,6	0	0,18				
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	27,82	28,06	115,35	802,55	0,26	13,78	28,75	0	101,54	223,3	133,3	6,99				