



Утверждаю:
Директор школы

Л.В. Жикова

МЕНЮ

На 4 апреля 2023 г

для учащихся 5-11 классов

№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			БЕЛ	ЖИР	УГЛ	ДРЛ		B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
																КБ	УЛ
ОБЕД																	
45	Салаг "Степной"	100	0,76	6,08	2,38	67,36	0,03	7,95	0	0	20,13	24,1	12,81	0,53			
170	Борщ с капустой и каргофелем	250	1,81	4,91	12,25	102,5	0,05	10,29	0	0,6	44,38	53,23	26,25	1,19			
608	Коглета	100	12,44	9,24	12,56	183	0,08	0,12	23	0	35	133,1	25,7	1,2			
668	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0,07	0	25,20	0,00	5,83	44,6	25,34	1,33			
5	Какао с молоком	200	3,8	3	23	130,8	0	0,5	0	0	117,5	104,6	28,9	0,9			
108	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	12,3	58,6	0,05	0	0	0,4	4,6	16,8	6,6	0,4			
110	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8	0,11	0,14	0	0,11	25,55	0,98	14	43,75			
	Итого за день	850	27,33	29,07	103,5	790,2	0,39	19	48,2	1,11	252,99	377,41	139,6	49,3			

Повар: *Наранова С.В.* / Наранова С.В. /

Завхоз: *Конникова А.В.* / Конникова А.В. /