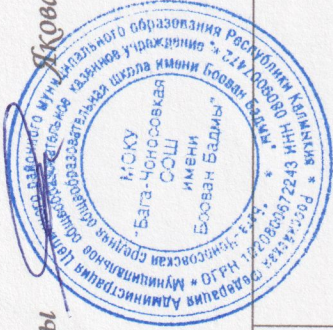


Утверждаю:  
Директор школы

Якова Л.В.



# МЕНЮ

На 23 мая 2023 г

для учащихся 1-4 классов

№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
															4	5
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		

ОБЕД

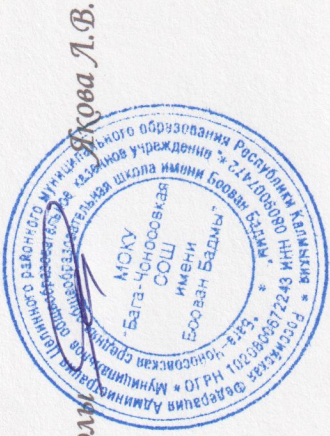
17	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	11,43	52,39	0,01	3,33	0	0	0	13,97	16,94	8,06	0,37
137	Суп с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	23,71	94,85	0,09	6,6	0	0	0	19,68	53,32	21,6	0,87
93	Плов из птицы	250	17	19,3	28,47	356,2	0,06	1,01	48	0	0	45,1	199,3	47,5	2,19
	Сок яблочный	200	1	0,2	18,4	82,8	0	1,6	0	0	0	12,6	12,6	7,2	2,5
108	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	12,3	58,6	0,05	0	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	0,11	25,55	0,98	14	43,75
393	Фрукт(Апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	37,8	0,04	0	0	0	0	34	0	13	0,3
	Итого за день	850	24,81	26,04	111,69	728,44	0,36	12,68	48	0,51	155,5	299,94	117,96	50,38	

Повар: *Лар* /Наранова С.В. /

Завхоз:

*Конникова* /Конникова А.В./

Утверждаю:  
 Директор школы



# МЕНЮ

На 23 мая 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	ДЫ		B <sub>1</sub>	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
17	Салат из свежих огурцов	100	0,76	6,09	2,38	67,3	0,02	5,7	0	0	13,11	24,01	7,98	0,34			
137	Суп с макаронными изделиями	250	2,15	2,27	13,71	83,8	0,09	6,6	0	19,68	53,32	21,6	0,87				
304	Плов из птицы	250	18,1	18	25,48	356,2	0,06	1,01	48	45,1	199,3	47,5	2,19				
93	Сок яблочный	200	1	0,2	18,4	82,8	0	1,6	0	12,6	12,6	7,2	2,5				
108	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	12,3	58,6	0,05	0	0	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	25,55	0,98	14	43,75				
	Итого за день	840	25,31	26,98	81,55	694,5	0,33	15,05	48	0,51	120,64	307,01	104,88	50,05			

ОБЕД

Повар: *Наранова С.В.*

/Наранова С.В. /

*Конникова А.В.*

/Конникова А.В./

Завхоз: