

Утверждаю:

И.о. Директор школы

МЕНЮ

На 10 февраля 2025 г

для учащихся 1-4 классов

М.В. Манджиева
М.В. Манджиева В.В.



№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
			БЕЛ	ЖИР	УГЛ	ЕВО		ДЫ	B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
ОБЕД																
17	Салат из соленых огурцов	60	1,35	5,08	15,19	65,07	0,01	20,97	0	0	26,8	14,83	7,9	0,32		
137	Суп с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	23,71	94,85	0,09	6,6	0	19,68	53,32	21,6	0,87			
*	Плов из птицы	250	17	19,3	28,47	356,2	0,06	1,01	48	45,1	199,3	47,5	2,19			
3	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	18,2	71,8	0	0	2	8,1	0	1,7	0			
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	30	1,6	0,22	13,96	65,42	0,11	0,14	0	25,55	0,98	14	43,75			
	Итого за день	760	24	27,07	111,83	711,94	0,32	28,72	50	129,83	285,23	99,3	47,53			

Повар: *Дорджиева Т.Б.* / Дорджиева Т.Б. /

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

Утверждаю:
 И.О. Директор школы



Манджиева В.В.

МЕНЮ

На 10 февраля 2025 г
 для учащихся 5-10 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		B ₁	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 соленых огурцов	100	1,95	6,09	18,3	67,3	0,02	5,7	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			
3	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	18,2	71,8	0	0	2	8,1	0	1,7	0			
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	25,5	26,78	97,27	683,5	0,33	13,45	50	116,14	294,41	99,38	47,55			

Повар: Дорджиева Т.Б /

Завхоз: /Конникова А.В./