

Утверждаю

Директор МБОУ  
«СОШ№1с.Куларь»

Бисиева Л.Р.

Ежедневное меню горячих завтраков для организации по питанию обучающихся

МБОУ «СОШ№1с.Куларь»

День 3: 16.12.2020

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, м					Минеральные вещества				
			жиры	белки	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
	Борщ с мясом, капустой и картошкой	250	10,8	9,	50,1	82,	0,04	8,23	0,	0,	35,5	42,58	21,	0,95		
	Чай с сахаром	200	0,	0,	15,04	60,1	0,	0,	0,	9,02	0,	0,	0,	0,06		
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	8,	0,	0,	0,	0,36		
	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,	0,	0,	1,2	0,	0,	0,	0,		
	Яблоко	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,	1,65	0,	0,	0,	12,		
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>575</b>	<b>19,59</b>	<b>12,42</b>	<b>93,49</b>	<b>346,15</b>	<b>0,122</b>	<b>15,73</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>55,37</b>	<b>42,58</b>	<b>21</b>	<b>13,37</b>		