

**Ежедневное меню МБОУ «СОШ №1 с.Куларь» для учащихся от 6,6 до 11 лет
на 2020-2021 учебный год**



Утверждаю
Директор МБОУ
«СОШ №1 с.Куларь»
Бисиева Л.Р.

День1; Дата 01.02.2021г...

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

| № реп | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции и, г | Пищевые вещества | | | Энергети ческая ценность, ккал | Витамины, м | | | | | Минеральные вещества | | | | |
|----------|---|-------------------------|------------------|--------------|--------------|---|--------------|--------------|--------------|----------|----------------|-------------------------|----------|----------|--------------|--|
| | | | жиры | белки | углевод ы | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Мг | Fe | | |
| | Капша жидкая молочная из манной крупы | 250 | 9,66 | 6,23 | 42,75 | 283,69 | 0,084 | 1,3 | 0, | 0, | 132,9 | 45 | 0, | 0, | 0,48 | |
| | Масло сливочное | 20 | 8,25 | 0,08 | 0,08 | 74,8 | 0, | 0, | 0, | 0, | 1,2 | 0, | 0, | 0, | 0, | |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 0,24 | 3,04 | 20,92 | 94, | 0,06 | 0, | 0, | 0, | 8, | 0, | 0, | 0, | 0,36 | |
| | Сыр (порциями) | 10 | 2,66 | 2,63 | 0, | 35, | 0,003 | 0,07 | 0,022 | 0, | 0, | 0, | 0, | 0, | 0, | |
| | Чай с сахаром | 200 | 0, | 0, | 15,04 | 60,1 | 0, | 0, | 0, | 0, | 9,02 | 0, | 0, | 0, | 0,06 | |
| | Бананы | 100 | 0,5 | 1,5 | 21, | 96, | 0,04 | 10, | 0, | 0, | 8, | 0, | 0, | 0, | 0, | |
| | Итого за день | 630 | 21,31 | 13,48 | 99,79 | 643,59 | 0,187 | 11,37 | 0,022 | 0 | 159,165 | 0 | 0 | 0 | 0,909 | |