

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



Утверждено
Директор МБОУ
«СОШ №1 с.Кулары»
Бисиева Д.Р.

День 5: Дата 22.01.2021

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ реп	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	Мg	Fe				
	Суп вермишелевый с куриным мясом	240	11,7	5,6	57,	163,	0,	0,	0,44	0,	60,	121,	42,	5,				
	Ййцо	40	11,6	12,8	0,7	158,7	0,071	0,	262,6	0,606	55,56	0,	12,12	2,525				
	Чай с сахаром	200	0,	0,	15,04	60,1	0,	0,	0,	0,	9,02	0,	0,	0,06				
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,36				
	Яб.локи	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,	0,	1,65	0,	0,					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	595	23,84	21,74	101,01	511,05	0,153	7,5	263,04	0,606	134,23			12,				