

Ежедневное меню горячих завтраков для организации по питанию обучающихся

МБОУ «СОШ№1 с.Кулары»



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

День 3: Дата 13.01.21

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Мас са пор ции, г	Пищевые вещества			Энергет ическая ценност ь, ккал	Витамины, м					Минеральные вещества				
			жиры	белки	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	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,	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		
	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,	0,	0,	0,	1,2	0,	0,	0,		
	Яблочки	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,	0,	1,65	0,	0,	12,		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	575	19,59	12,42	93,49	346,15	0,122	15,73	0	0	55,37	42,58	21	13,37		