

Ежедневное меню МБОУ «СОШ №1 с.Куларь» для учащихся от 6,6 до 11 лет

на 2020-2021 учебный год

День 6; Дата 26.01. 2021г...

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

Утверждаю
 Директор МБОУ
 «СОШ №1 с.Куларь»
 Бисева Д.Р.

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, м						Минеральные вещества				
			жиры	белки	углевод ы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
	Суп вермишелевый с куриным мясом	250	11,7	5,6	57,	163	0	0	0,44	0	60	121	42	5			
	Салат капустный	100/10	5,1	1,9	5,9	62,8	0,024	9,54	0	0	27,6						
	Какао-напиток на молоке	200	6,4	3,2	22,36	169,82	0,04	1,08	0,	0,	221,14	0,	0,	0,7			
	Хлеб (белый)	50	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,36			
	Сыр(порпиами)	10	2,66	2,63	0,	35,	0,003	0,07	0,022	0,	0,	0,	0,	0,			
	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,	0,	0,	0,	1,2	0,	0,	0,			
	Яб.локи	100	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,	0,	1,65	0,	0,	12,			
	Итого за день	730/10	34,65	16,75	113,61	634,67	0,149	18,19	0,462	0	319,59	121	42	18,54			