

Утверждаю

Директор МБОУ  
«СОШ №1с.Кулары»

Бисиева Л.Р.



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

День:6 Дата: 21:11.2020

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, м						Минеральные вещества					
			жир ы	белк и	углевод ы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
	Суп вермишелевый с куриным мясом	240	11,7	5,6	57,	163,	0,	0,	0,44	0,	0,	60,	121,	42,	5,			
	Яйцо	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,	0,06			
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,	0,36			
	Яблоки	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,	0,	1,65	0,	0,	0,	12,			
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>595</b>	<b>23,6</b>	<b>18,7</b>	<b>80,09</b>	<b>417,05</b>	<b>0,093</b>	<b>7,5</b>	<b>263,04</b>	<b>0,606</b>	<b>126,23</b>	<b>121</b>	<b>54,12</b>	<b>19,585</b>				