Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ№1с.Кулары»

_____ Бисиева Л,Р.

Ежедневное меню горячих завтраков для организации по питанию обучающихся

МБОУ «СОШ№1с.Кулары»

День 4: 17.12.2020

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, м				Минеральные вещества			
			жиры	белки	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,97	8,77	39,51	246,48	0,297	0,	0,	0,	20,265	0,	0,	4,642
	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,	0,	0,	0,	1,2	0,	0,	0,
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,36
	Сыр (порциями)	15	4,02	3,9	0,	52,8	0,004	0,42	0,	0,	156,	0,	0,	0,18
	Бананы	100	0,5	1,5	21,	96,	0,04	10,	0,	0,	8,	0,	0,	0,
	Чай с сахаром	200	0,	0,	15,04	60,1	0,	0,	0,	0,	9,02	0,	0,	0,06
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**515**	**18,98**	**17,29**	**96,55**	**624,18**	**0,401**	**10,42**	**0**	**0**	**202,485**	**0**	**0**	**5,242**