

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



День 10; Дата 25.02.2021г...

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Мас са пор ции, г	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность, ккал	Витамины, м							Минеральные вещества				
			жиры	белки	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	9,66	6,23	42,75	283,69	0,084	1,3	0,	0,	132,945	0,	0,	0,489				
	Масло сливочное	25	14,5	0,2	0,3	132,2	0,002	0,	0,09	0,2	4,8	6,	0,1	0,04				
	Сыр(порциями)	20	4,4	3,5	0,	54,6	0,006	0,1	0,043	0,075	132,	75,	5,25	0,15				
	Хлеб (белый)	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,36				
	Чай с сахаром	200	0,	0,	15,04	60,1	0,	0,	0,	0,	9,02	0,	0,	0,06				
	Яблоки	100	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,	0,	1,65	0,	0,	12,				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	585	29,1	13,27	86,36	659,84	0,174	8,9	0,133	0,275	288,415	81	5,35	13,099				

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



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

День 11; Дата 26. 02. 2021г...

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность, ккал	Витамины, м						Минеральные вещества				
			жиры	белки	углево ды		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
	Суп вермишелевый с куриным мясом	200	11,7	5,6	57,	163,	0,	0,	0,44	0,	60,	121,	42,	5,			
	Хлеб (белый)	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,36			
	Чай с сахаром	200	0,	0,	15,04	60,1	0,	0,	0,	0,	9,02	0,	0,	0,06			
	Масло сливочное	12	14,5	0,2	0,3	132,2	0,002	0,	0,09	0,2	4,8	6,	0,1	0,04			
	Сыр(порциями)	12	4,4	3,5	0,	54,6	0,006	0,1	0,043	0,075	132,	75,	5,25	0,15			
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	594	34,46	15,49	123,66	671,9	0,132	60,1	1,376	1,525	256,52	252	66,35	6,54			