

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

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

День 7; Дата 22.02. 2021г...

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, м					Минеральные вещества				
			жиры	белки	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
	Суп молочный с рисом	250	6,63	5,67	13,71	73	0,08	1,17	38,25	0	198,53	68,4	28,83	0,31		
	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(порцианн)	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,		
	Бананы	100	0,5	1,5	21,	96,	0,04	10,	0,	0,	8,	0,	0,	0,		
	Печенье	20	3,42	1,76	14,	89,4	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	600	31,76	19,39	98,62	752,8	0,192	12,46	0,176	1,385	538,64	273	76,35	2,64		

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

День 9; Дата24.02.2021г...

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет


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

№ реу	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и, г	Пищевые вещества			Энерге тическ ая ценнос ть, ккал	Витамины, м							Минеральные вещества				
			жиры	бел ки	углево ды		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
	Суп картофельный (бобовый)	200	4,22	4,4	13,2	119,	0,18	4,66	0,	1,94	34,1	70,5	28,5	1,64				
	Масло сливочное	20	14,5	0,2	0,3	132,2	0,002	0,	0,09	0,2	4,8	6,	0,1	0,04				
	Салат витаминный	100	4,6	1,5	11	91	0,03	13,7	0	0	38,1	0	19,54	0,95				
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,36				
	Сыр(порциями)	15	4,4	3,5	0,	54,6	0,006	0,1	0,043	0,075	132,	75,	5,25	0,15				
	Какао-напиток на молоке	200	3,54	4,08	17,6	119,	0,04	1,08	0,	0,	221,14	0,	0,	0,7				
	Печенье	20	3,42	2,25	22,3	125,	0,024	0,	0,003	1,05	8,7	27,	6,	0,63				
	Бананы	100	0,5	1,5	21,	96,	0,	10,	0,	0,	8,	28,	42,	0,5				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	695	35,42	20,47	106,32	830,8	0,342	29,54	0,136	3,265	454,84	206,5	101,39	4,97				