

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

на 2020-2021 учебный год

Утверждено
 Директор МБОУ
 «СОШ №1 с. Куларды»
 Бисиева Д.Р.

День 1: Дата 25.01.2021

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		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
	Каша жидкая молочная из манной крупы	220	9,66	6,23	42,75	283,69	0,084	1,3	0,	0,	0,	132,945	0,	0,	0,489	
	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,	0,	0,	0,	0,	1,2	0,	0,	0,	
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,36	
	Сыр (порциан)	10	2,66	2,63	0,	35,	0,003	0,07	0,022	0,	0,	0,	0,	0,	0,	
	Чай с сахаром	200	0,	0,	15,04	60,1	0,	0,	0,	0,	0,	9,02	0,	0,	0,06	
	Апельсины	100	0,5	1,5	21,	96,	0,04	10,	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,	
	Итого за день	580	21,31	13,48	99,79	643,59	0,187	0,022	0,	0	0	159,17	0	0	0,909	