



Утверждаю

Директор МБОУ
«СОШ №1с.Кулары»

Бисиева Л.Р.

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

День :12 Дата 12.12.2020г.

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	Ca	P	Mg	Fe		
	Сладкий плов с изюмом	200	13,78	19,52	34,64	383,5	0,1	0,78	0,	0,	0,	0,	289,	0,	0,	1,28
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,36
	Компот из сухофруктов	200	0,	0,04	24,76	94,2	0,01	1,08	0,	0,02	0,	0,	6,4	3,6	0,	0,18
	Сыр(порциями)	10	2,66	2,63	0,	35,	0,003	0,07	0,022	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,
	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,	0,	0,	0,	0,	0,	1,2	0,	0,	0,
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	460	24,93	25,31	80,4	681,5	0,173	1,93	0,022	0,02	0,02	304,6	3,6	0	1,82	