

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: Дата : 30.11.2020

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ рецепт	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, м					Минеральные вещества				
			жиры	белки	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
	Каша жидкая молочная из манной крупы	220	9,66	6,23	42,75	283,69	0,084	1,3	0,	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,	0,	1,2	0,	0,	0,
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,36
	Сыр (порциями)	10	2,66	2,63	0,	35,	0,003	0,07	0,022	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,
	Чай с сахаром	200	0,	0,	15,04	60,1	0,	0,	0,	0,	0,	0,	9,02	0,	0,	0,06
	Бананы	100	0,5	1,5	21,	96,	0,04	10,	0,	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	580	21,31	13,48	99,79	643,59	0,187	11,37	0,022	0	0	0	159,165	0	0	0,909