

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



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

День: 8 Дата 08.12.2020г.

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и, г	Пищевые вещества			Энергет ическая ценност ь, ккал	Витамины, м							Минеральные вещества				
			жиры	белк и	углев оды		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
	Суп картофельный из бобового продукта (фасоль, горох, чечевица)	200	9,7	4,6	33,	113,2	0,1	5,2	0,	1,9	89,8	108,5	27,9	1,3				
	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,	0,	0,	0,	1,2	0,	0,	0,				
	Горошек зелёный	60	3,69	0,59	3,24	44,52	0,03	10,06	0,	0,15	11,21	20,77	9,76	0,35				
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	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,				
	Чай с сахаром	200	0,	0,	15,04	60,1	0,	0,	0,	0,	9,02	0,	0,	0,06				
	Груши	75	0,22	0,28	7,8	33,49	0,014	3,562	0,	0,	13,537	0,	0,	1,639				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	595	24,76	11,22	80,08	455,11	0,207	18,892	0,022	2,05	132,767	129,27	37,66	3,709				