



Утверждаю

Директор МБОУ
«СОШ №1с.Куларь»

Бисиева Л.Р.

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

День: 7 Дата 07.12.2020

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		
	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,97	8,77	39,51	246,48	0,297	0	0	0	0	20,265	0	0	0	4,642
	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0	0	0	0	0	1,2	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94	0,06	0	0	0	0	8	0	0	0	0,36
	Сыр (порциями)	15	4,02	3,9	0	52,8	0,004	0,42	0	0	0	156	0	0	0	0,18
	Апельсины	75	0,67	0,15	6,08	32,25	0,03	45	0	0	0	0,225	0	0	0	25,5
	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,1	0	0	0	0	0	9,02	0	0	0	0,06
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	515	18,98	17,29	96,55	624,18	0,401	10,42	0	0	0	202,485	0	0	0	5,242