

Утверждаю



Директор МБОУ «СОШ№1с.Кулары»

Бисиева Л.Р.

Ежедневное меню горячих завтраков для организации по питанию обучающихся

МБОУ «СОШ№1с.Кулары»

День: 10.11.2020

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
		жиры,	белки	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Макаронны запеченные с сыром	150	12,9	8,7	35,	197,	0,	22,1	0,	0,	72,	201,	80,		5,8
Салат из свежей моркови с растительным маслом	60	2,52	0,35	1,87	31,38	0,11	1,7	0,04	1,84	16,4	15,5	10,53		0,34
Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	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	6,4	3,6	0,		0,18
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>450</b>	<b>15,66</b>	<b>12,13</b>	<b>82,55</b>	<b>416,58</b>	<b>0,18</b>	<b>24,88</b>	<b>0,04</b>	<b>1,86</b>	<b>102,8</b>	<b>220,1</b>	<b>90,53</b>		<b>6,68</b>