



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: 12 Дата :28.11.2020

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	Са	Р	Мg	Fe		
	Жаркое домашнему с мясом	200	9,34	15,8	27,44	330,6	0,26	11,22	30,	8,34	38,88	421,26	82,12	5,04		
	Салат ассорти из свеклы, моркови, зеленого горошка с растительным маслом.	60	3,71	0,82	5,06	91,6	0,05	6,15	0,	0,	13,96	15,5	12,45	0,51		
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	0,	8,	0,	0,	0,36		
	Какао-напиток на молоке	200	6,4	3,2	22,36	169,82	0,04	1,08	0,	0,	221,14	0,	0,	0,7		
	Печенье "Юбилейное"	20	3,42	1,76	14,	89,4	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,	0,		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	520	23,11	24,62	89,78	775,42	0,41	18,45	30	8,34	281,98	436,76	94,57	6,61		