

Утверждено

Директор МБОУ «СОШ №1 с. Куларья»

Бисева Д.Р.

МБОУ «СОШ №1 с. Куларья»

Ежедневное меню горячих завтраков для организации по питанию обучающихся

День: 03.11.2020

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ рец	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	Мг	Fe	В1	С	А	Е
	Борщ с мясом, капустой и картошкой	250	10,8	9,	50,1	82,	0,04	8,23	0,	0,	35,5	42,58	21,	0,95				
	Чай с сахаром	200	0,	0,	15,04	60,1	0,	0,	0,	9,02	0,	0,	0,06					
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	8,	0,	0,	0,36					
	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0,	0,	0,	1,2	0,	0,	0,					
	Яблочки	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,	1,65	0,	0,	12,					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	575	19,59	12,42	93,49	346,15	0,122	15,73	0	0	55,37	42,58	21	13,37				