



Утверждаю
Директор
Л. Р. Биснева

2020 год

Ежедневное меню МБОУ "СОШ №1 с.Кулары" для учащихся от 6,6 до 11 лет на 2020-2021 учебный год.

Дата 16.10.2020

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г		Энергетическая	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг				
			жиры	белки		углево	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
	Каша жидкая молочная из	220	9,66	6,23	283,69	0,084	1,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0,489
	Масло сливочное	10	8,25	0,08	74,8	0	0	0	0	0	0	0	1,2	0	0	0
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	94	0,06	0	0	0	0	0	0	8	0	0	0,36
	Сыр (порциями)	10	2,66	2,63	35	0,003	0,07	0,022	0	0	0	0	0	0	0	0
	Чай с сахаром	200	0	0	60,1	0	0	0	0	0	0	0	9,02	0	0	0,06
	Бананы	100	0,5	1,5	96	0,04	10	0	0	0	0	0	8	0	0	0
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	580	21,31	13,48	643,59	0,19	11,37	0,022	0	0	0	0	159,17	0	0	0,909