



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

День 7; Дата 08.02. 2021г...

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, м						Минеральные вещества					
			жиры	белки	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
	Суп молочный с рисом	250	6,63	5,67	13,71	73	0,08	1,17	38,25	0	198,53	68,4	28,83	0,31				
	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				
	Хлеб (белый)	50	0,24	3,04	20,92	94	0,06	0	0	0	8	0	0	0,36				
	Сыр(порциями)	10	2,66	2,63	0	35	0,003	0,07	0,022	0	0	0	0	0				
	Масло сливочное	10	8,25	0,08	0,08	74,8	0	0	0	0	1,2	0	0	0				
	Бананы	100	0,5	1,5	21	96	0,04	10	0	0	8	0	0	0				
	Печенье	20	3,42	1,76	14	89,4	0	0	0	0	0	0	0	0				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	600	31,76	19,39	98,62	752,8	0,192	12,46	0,176	1,385	538,64	273	76,35	2,64				