

**Меню горячего питания обучающихся начальных классов МКОУ  
"Крайновская СОШ" Кизлярского района**



№ реп.	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Минер. вещества, мг					Витамины, мг	
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	VI		C
<b>1 марта</b>													
<b>Обед</b>													
27	Борщ с капустой и картофелем	200,00	1,45	12,85	21,20	184,30	35,50	21,00	42,56	0,95	0,04	8,23	0,00
9	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	7,46	5,61	35,80	230,45	12,98	67,50	208,50	3,95	0,18	0,00	0,02
2	Люля	65,00	7,78	7,28	7,85	114,38	21,88	16,06	83,19	0,75	0,05	0,08	14,38
	Сок с мякотью	200,00	1,01	0,00	17,30	76,00	5,00	0,00	0,00	0,20	0,00	4,00	0,00
	Хлеб	60,00	5,76	0,70	29,23	162,24	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00
40	Соус томатный	25,00	1,20	0,98	4,20	6,80	41,22	8,60	-	0,96	0,02	6,80	2,20
	<b>ИТОГО 1 день :</b>		<b>24,66</b>	<b>27,42</b>	<b>115,58</b>	<b>774,17</b>	<b>122,88</b>	<b>103,80</b>	<b>364,75</b>	<b>8,21</b>	<b>0,39</b>	<b>19,11</b>	<b>16,60</b>

<b>Завтрак</b>													
	Суп молочный с рисом	200,00	4,82	3,21	30,11	132,40	158,82	23,10	137,46	0,25	0,06	0,91	30,60
	Сыр порционнo	16,00	3,75	3,65	-	55,50	8,80	3,50	5,00	-	0,01	0,07	2,80
	Хлеб с маслом	60,00	5,76	0,70	29,23	162,24	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00
	Масло сливочное	4,00	0,05	4,00	0,75	37,50	0,50	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	29,50
	Печенье	48,00	3,07	1,82	30,00	60,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Кефир	100,00	3,00	1,54	4,00	82,30	165,00	18,00	137,00	-	0,80	1,60	-
	Йогурт	115,00	4,30	2,00	11,89	60,00							
	<b>ИТОГО 1 день :</b>		<b>24,75</b>	<b>16,92</b>	<b>105,98</b>	<b>590,04</b>	<b>339,42</b>	<b>51,30</b>	<b>310,96</b>	<b>1,65</b>	<b>0,97</b>	<b>2,58</b>	<b>62,90</b>