



Утверждаю:
 директор школы
 М.Г. Раджабов

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

№ рец.	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Минер. вещества, мг					Витамины, мг		
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A	

17 марта

Обед

33	Суп картофельный с курицей	240,00	2,91	2,29	6,25	116,39	20,68	24,90	61,44	0,94	0,11	9,60	0,00
9	Каша пшеничная с маслом	150,00	6,60	4,38	35,27	176,22	1,22	0,03	162,00	2,43	0,11	0,00	0,02
	Масло сливочное	5,00	0,05	4,00	0,75	37,50	0,50	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	29,50
6	Сосиска	51,00	7,24	9,86	5,38	108,21	12,00	10,00	79,50	0,90	0,02	0,00	0,00
24	Салат с капустой	80,00	1,08	1,18	8,62	40,40	-	-	-	-	-	-	-
	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
	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
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
	Зефир	30,00	2,34	3,84	8,25	85,20	-	-	-	-	-	-	-
	Итого на 1 день:		28,19	27,23	115,25	808,96	86,92	50,23	334,44	6,83	0,36	20,40	31,72

Завтрак

5	Рыбная котлета	75,00	13,87	11,20	18,32	156,00	52,10	59,77	238,46	0,96	0,10	3,35	0,01
39	Пюре картофельное	80,00	3,28	6,05	28,70	119,20	41,22	-	0,00	1,17	0,16	25,49	-
21	Винегрет овощной	60,00	0,82	5,36	5,06	35,20	13,92	12,45	26,98	0,51	0,04	6,15	0,00
	Сок осветленный	180,00	1,20	0,00	12,50	74,30	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	0,00
	Зефир	30,00	2,34	3,84	8,25	85,20	-	-	-	-	-	-	-
	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
	Яблоко	80,00	0,32	0,35	7,80	24,60	9,00	0,00	143,14	3,48	0,05	17,00	0,00
	ИТОГО 1 день :		27,59	27,50	109,86	656,74	130,54	78,92	439,08	7,52	0,45	53,99	0,01