

Утверждаю.  
 Директор школы  
 Раджабов М.Г.

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



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

21 апрель 2021 год

**Обед**

29	Суп гороховый с курицей	245,00	3,19	3,24	8,86	120,50	30,46	28,20	69,74	1,62	0,18	4,65	0,00
10	Макаронь с маслом	150,00	5,52	4,52	26,45	132,50	4,86	21,11	37,17	1,11	0,06	0,00	21,00
	Масло сливочное	5,00	0,06	5,50	0,77	-	0,50	0,00	1,15	0,00	0,00	0,00	31,00
2	Сыр	47,00	7,78	5,78	7,85	110,54	21,88	16,06	83,19	0,75	0,05	0,08	14,38
26	Салат свекольный	64,00	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	12,54	24,58	0,80	0,01	5,70	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
	Апельсин	140,00	0,91	0,20	9,10	40,20	5,00	0,00	75,80	2,20	0,03	10,00	0,00
16	Какао	200,00	4,50	3,79	24,50	132,87	113,00	0,00	0,00	0,90	0,04	1,20	0,00
	<b>Итого на 1 день:</b>		<b>28,58</b>	<b>27,38</b>	<b>111,78</b>	<b>755,19</b>	<b>203,09</b>	<b>68,55</b>	<b>322,13</b>	<b>8,78</b>	<b>0,47</b>	<b>21,63</b>	<b>66,38</b>

**Завтрак**

10	Макаронь с маслом	150,00	5,52	4,52	26,45	132,50	4,86	21,11	37,17	1,11	0,06	0,00	21,00
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
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	28,00	11,00	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00
	Хлеб с маслом	60	5,76	0,7	29,23	162,24	6,3	6,7	30,5	1,4	0,1	0	0
	Масло сливочное	10,00	0,11	11,00	1,54	-	1,00	0,00	2,30	0,00	0,00	0,00	62,00
	Зефир	30,00	2,34	3,84	8,25	85,20	-	-	-	-	-	-	-
	Мандарин	118,00	1,10	0,20	8,00	26,00	23,00	12,00	8,45	0,60	0,48	0,39	-
	<b>ИТОГО 1 день :</b>		<b>22,61</b>	<b>27,54</b>	<b>94,77</b>	<b>548,32</b>	<b>68,04</b>	<b>39,81</b>	<b>161,61</b>	<b>4,56</b>	<b>0,69</b>	<b>0,47</b>	<b>97,38</b>