

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



Утверждаю.

Директор школы

Раджабов М.Г.

№ рец.	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества		Энерг. ценность, ккал	Минер. вещества, мг					Витамины, мг		
			Белки	Жиры		Углеводы	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A

22 апрель 2021 год

Обед

37	Суп рыбный	200,00	6,89	6,72	16,2	133,8	36,24	37,88	141,22	1,01	0,08	7,29	12,00
6	Сосиска	51,00	10,20	13,25	7,21	132,20	12,00	10,00	79,50	0,90	0,02	0,00	0,00
3	Омлет натуральный	150,00	12,27	2,85	9,63	201,78	114,20	19,50	260,50	2,94	0,10	0,25	0,00
20	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
	Печенье	32,00	2,19	1,50	20,00	41,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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
	Итого на 1 день:		37,31	25,02	95,72	699,32	179,74	74,08	511,72	6,95	0,30	7,54	12,00

Завтрак

	Каша рисовая молочная	200,00	21,10	21,00	38,00	285,00	46,93	0,05	25,18	2,83	0,19	1,67	-
	Кисель фруктовый	200,00	0,00	0,00	28,00	94,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	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
	Кексы	33,30	0,15	0,56	8,97	12,54	-	-	-	-	-	-	-
	Яблоко	150,00	0,70	0,70	16,20	48,30	17,00	-	16,00	3,80	0,05	18,00	0,00
	Масло сливочное	5,00	0,06	5,50	0,77	-	0,50	0,00	1,15	0,00	0,00	0,00	31,00
	ИТОГО 1 день :		27,77	28,46	121,17	602,08	23,80	6,70	47,65	5,20	0,34	19,67	31,00