



Утверждаю.
 Директор школы
 Раджабов М.Г.

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	В1	C	A			

23 апрель 2021 год

Обед

34	Суп крестьянский с ячневой крупой	220,00	4,79	6,03	8,3	91,2	32,07	5,42	34,98	0,30	0,06	0,03	1,02
	Рис рассыпчатый	150,00	5,82	4,30	22,30	185,60	93,84	76,81	261,39	2,39	0,39	0,00	0,09
7	Тефтели	65,00	7,78	7,21	7,85	114,38	21,88	16,06	83,19	0,75	0,05	0,08	14,38
18	Компот из сухофруктов	200,00	0,70	-	8,62	94,20	30,86	17,22	21,59	0,53	0,03	0,70	-
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
	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	117,00	0,40	0,40	9,80	28,50	10,00	0,00	9,00	4,40	0,06	20,00	0,00
	Пряник	45,00	15,24	2,00	19,84	68,90							
	Итого на 1 день:		41,31	26,00	111,00	780,22	208,87	118,60	467,63	10,28	0,73	26,96	15,49

Завтрак

6	Соенска	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	180,56	114,20	19,50	260,50	2,94	0,10	0,25	0,20
	Кукуруза консервированная												
	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
	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
	ИТОГО 1 день :		32,31	18,62	93,37	611,10	137,50	36,20	370,50	5,44	0,22	4,25	0,20