

Меню горячего питания обучающихся начальных классов МКОУ
"Крайновская СОШ"

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	В1	C	A					
Обед																		
	12 мая																	
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	0,00	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	0,00	0,00			
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	0,51	0,00	0,33	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	20,46	0,00	0,00			
6	Сосиска	50,00	7,24	9,86	5,38	108,21	12,00	10,00	79,50	0,90	0,02	0,00	0,00	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	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	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	0,00	0,00			
	Зефир	30,00	2,34	3,84	8,25	85,20	-	-	-	-	-	-	-	-	-			
	Итого на 1 день:		28,18	26,86	115,01	771,46	86,75	50,23	334,20	6,83	0,36	20,40	22,68	0,00	0,00			

Завтрак															
5	Рыбная котлета	50,00	13,87	11,20	18,32	156,00	52,10	59,77	238,46	0,96	0,10	3,35	0,01	0,00	0,00
39	Пюре картофельное	80,00	3,28	6,05	28,70	119,20	41,22	-	0,00	1,17	0,16	25,49	-	0,00	0,00
	Хлеб с маслом	60,00	5,76	0,70	29,23	224,00	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00
	Масло сливочное	11,00	0,13	13,20	1,85	0,00	1,20	0,00	2,76	0,00	0,00	0,00	74,40	0,00	0,00
	Сок осветленный	180,00	1,01	0,00	11,20	70,00	7,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00
	Зефир	30,00	2,34	3,84	8,25	85,20	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	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	0,00	0,00
	ИТОГО 1 день :		26,71	35,34	105,35	679,00	116,82	66,47	414,86	7,01	0,41	47,84	74,41	0,00	0,00