Меню горячего питания обучающихся начальных классов МКОУ "Старосеребряковская СОШ" Кизлярского района РД.

Утверждаю
директор школы
Билалов Р.М

№ 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
	на 05 сетября 2021												
	Завтрак												
35	Суп молочный с рисом	200,00	4,82	3,21	30,11	132,40	158,82	23,10	137,46	0,25	0,06	0,91	30,60
	Сыр порционно	18,00	4,10	4,15	-	65,00	9,30	3,70	5,30	-	0,15	0,10	3,00
	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
	Масло сливочное	14,00	0,16	15,51	2,17	0,00	1,41	0,00	3,24	0,00	0,00	0,00	87,42
	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
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
	Йогурт	115,00	4,30	2,00	11,89	60,00							
	ИТОГО 1 день :		**22,21**	**27,39**	**116,85**	**569,50**	**186,83**	**33,50**	**176,50**	**2,35**	**0,31**	**1,01**	**121,02**
	Обед												
27	Борщ с капустой и картофелем	200,00	1,45	12,85	21,20	184,30	35,50	21,00	42,56	0,95	0,04	8,23	0,00
9	Каша гречневая рассыпчатая	140,00	7,01	5,27	33,65	216,62	12,20	63,45	195,99	3,71	0,17	0,00	0,02
	Масло сливочное	4,00	0,06	6,44	0,90	0,00	0,59	0,00	1,35	0,00	0,00	0,00	36,27
2	Люля	50,00	7,78	7,28	7,85	114,38	21,88	16,0 6	83,19	0,75	0,05	0,08	14,38
	Сок с мякотью	160,00	0,81	0,00	13,84	60,80	4,00	0,00	0,00	0,16	0,00	3,20	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
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
	ИТОГО 1 день :		**24,07**	**33,52**	**110,87**	**745,14**	**121,69**	**99,75**	**353,59**	**7,93**	**0,38**	**18,31**	**52,87**