

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

Утверждаю

Директор школы  
Билалов Р.М.




№ реп.	Наименование блюда	Пищевые вещества		Энерг. ценность, ккал		Минер. вещества, мг							
		Масса, г	Жиры	Углеводы	Минер.	Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A	
Завтрак													
42	Вареники со сметаной	80,00	5,80	9,40	154,00	125,00	11,25	113,58	0,21	0,15	0,10	0,10	17,00
	Сыр порционный	23,00	5,24	0,00	79,65	12,63	5,02	7,18	0,00	0,01	0,10	0,10	4,02
20	Чай с сахаром	200,00	0,00	13,45	28,00	11,00	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб с маслом	60,00	5,76	29,23	224,00	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00	0,00
	Масло сливочное	13,00	0,14	14,32	0,00	1,30	0,00	2,99	0,00	0,00	0,00	0,00	80,72
	Зефир	60,00	4,68	7,68	170,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>ИТОГО 1 день I</b>	<b>22,06</b>	<b>33,74</b>	<b>70,59</b>	<b>656,05</b>	<b>156,23</b>	<b>22,97</b>	<b>154,25</b>	<b>2,31</b>	<b>0,26</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>101,74</b>

Обед													
35	Суп молочный с рисом	135,00	4,34	2,89	19,49	142,94	20,79	123,71	0,23	0,05	0,82	0,82	27,54
	Йогурт	115,00	4,30	2,00	11,89	60,00							
	Хлеб	60,00	5,76	0,70	29,23	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00	0,00
7	Тфтели	45,00	4,78	7,21	162,24	21,88	16,06	83,19	0,75	0,05	0,08	0,08	14,38
9	Каша кукурузная рассыпчатая	150,00	6,60	5,72	114,38	16,64	47,34	134,43	1,55	0,17	0,00	0,00	21,00
	Масло сливочное	3,00	0,04	3,63	213,60	0,33	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	20,46
20	Чай с сахаром	200,00	0,00	13,45	28,00	11,00	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого на 1 день:</b>	<b>25,82</b>	<b>22,15</b>	<b>92,28</b>	<b>669,84</b>	<b>199,09</b>	<b>74,83</b>	<b>372,59</b>	<b>4,63</b>	<b>0,37</b>	<b>0,90</b>	<b>0,90</b>	<b>83,38</b>