

Горячее питание обучающихся начальных классов МКОУ "Новомонастырская СОШ"

Утверждаю
Директор МКОУ "Новомонастырская СОШ"
Сайдова З.П.



№ реп.	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Минер. вещества, мг						
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A
15 мая 2021 год													

Обед

35	Суп молочный с вермшелью	150,00	6,4	7,2	22	201,56	160,00	30,50	154,30	0,46	0,80	0,92	29,50
	Вареники	80,00	6,10	5,80	9,40	142,20	125,00	11,25	113,58	0,21	0,15	0,10	17,00
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	16,21	35,00	11,00	0,00	0,00	0,70	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
	Зефир	30,00	2,34	3,84	8,26	98,00	-	-	-	-	-	-	-
	Груша	90,00	0,20	0,20	4,90	35,25	5,00	0,00	75,80	2,20	0,03	10,00	0,00
	Итого на 1 день:		20,80	17,74	90,00	674,25	307,30	48,45	374,18	4,97	1,08	11,02	46,50

Завтрак

	Плов с курицей	150,00	17,30	15,84	17,70	283,45	0,08	10,10	0,22	4,38	36,60	36,00	186,60
25	Салат свекольный	40,00	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	12,54	24,58	0,80	0,01	5,70	0,00
	Кеке	60,00	0,30	1,12	17,94	25,08	-	-	-	-	-	-	-
	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
	Какао	200,00	4,50	3,79	24,50	132,87	113,00	0,00	0,00	0,90	0,04	1,20	-
	Яблоко	145,00	0,68	0,68	16,00	48,00	16,00	-	15,00	3,60	0,04	17,00	0,00
	Итого 1 день :		29,40	25,78	110,39	707,98	156,47	29,34	70,30	11,08	36,79	59,90	186,60