Утверждаю :
Директор школы
М.М.Гусейнов МКОУ
«Новозубутлинская СОШ»
«10» 04 2021

12-дневное меню I день

№ рец.	наименование блюда Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	Обед													
1	Салат из свежих овощей	100	1,3	6,19	4,72	79,6	0,06	20,48			17,58	32,88	17,79	0,84
2	Суп чечевица	250	2,52	4,65	19,12	150	0,06	19,29			44,38	53,23	26,25	1,19
3	Макароны с подливой	175	9,59	22,94	39,33	380,68		0,36	0,01		8,38		17,1	1,09
4	Кекс	50	3,5	11,0	24,0	208			39,0	0,6	17,5	70,5	25,3	
5	Какао	200	0,2		14	28					6,0			0,4
6	хлеб	30	2,88	0,35	17,74	85,63					7,47	26,08	4,97	0,38
	ИТОГО 1 день		**27,42**	**48,02**	**160,39**	**1143,34**								

II день

№ рец.	наименование блюда Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	Каша пшеничная с маслом на молоке	150	4,53	9,82	22,25	188,6	0,37	12	0,06	005	150,6	218,85	52,7	2,6
2	Морковный салат	100	1,3	6,19	4,72	79,6	0,06	20,48			17,58	32,88	17,79	0,84
3	Суп гороховый с мясом	250	5,49	5,28	16,33	134,75	0,1	8,33			38,08	87,18	35,3	1,03
4	Печение	40	3,0	1.2										
5	Банана	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10			10	75,8		2,2
5	Чай с сахаром	200	0 ,2		14	28		0,36	0,01		8,38		17,1	1,09
6	Хлеб	30	2,88	0,35	17,74	85,63					7,47	26,08	4,97	0,38
	ИТОГО 2 день		**23,43**	**24,89**	**160,21**	**905,01**								