

Меню(ноябрь 2024)год.

Меню 10.11.2024г

«Утверждаю»
Директор школы  Иргит С.С.М.

Меню 10.11.2024 МБОУ Тоолайлытская НОШ с Мугур-Аксы
Учащихся с 1 по 4 классы

№п\п	Наименование блюда	Масса порций	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ(калл)
Воскресенье						
	Завтрак					
1	каша манная	250	7,7	9,3	38,5	269
2	Хлеб пшеничный	2\60	4,6	0,5	29,5	141
3	Чай с молоком	200	5	4,4	31,7	186
	Обед					
2	Суп харчо	200	2,2	2,1	4,3	43,9
3	бигус	200	6,8	6,6	3,2	100
5	Сок яблочный	200	1	0	0	по
6	Хлеб пшеничный	2\60	7,9	1,4	40	208
	полдник					
1	Печенье	25	1,8	2,4	18,6	104
2	Кисель плодово ягодный	200	14	0	29	122
	Ужин					
1	Суп молочный с макаронами	300	8,5	7,8	28,5	219
2	Хлеб пшеничный	2\60	4,6	0,5	29,5	141
3	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
	Итого:		64,2	35	267,8	1593,9