

Меню(ноябрь 2024)год.

Меню 12.11.2024г



Директор школы

Иргит С.С.М.

Меню 12.11.2024г МБОУ Тоолайлыгская НОШ с.Мугур-Аксы

Учащихся с 1 по 4 классы

№п\п	Наименование блюда	Масса порций	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ(калл)
Вторник						
	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	борщ со свежей капустой	300	2,2	6	12,8	114
3	Макароны отварное	200	6,8	0,8	34,8	174
5	Тефтели мясная	100	9,8	9	10,1	158,5
6	Хлеб пшеничный	2\60	7,9	1,4	40	208
7	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144
	полдник					
1	Бублик	60	9,3	11,7	73,3	340
2	Снежок	200	2,5	3	11	79
	Ужин					
1	Каша геркулесовая	200	12,1	10,1	34	275
2	Хлеб пшеничный	2\60	4,6	0,5	29,5	141
3	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
4	Повидло	20гр	0,4	65	0,3	250
	Итого:		76,6	125	385,5	2539,5