

Меню(ноябрь 2024)год.

Меню 14.11.2024г

«Утверждаю»

Директор школы

Иргит С.С.М.

Меню 14.11.2024г МБОУ Тоолайлыгская НОШ с Мугур-Аксы

Учащихся с 1по 4 классы

№п\п	Наименование блюда	Масса порций	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ(калл)
------	-----------------------	--------------	---------	--------	------------	----------

Четверг

	Завтрак					
1	каша манная с изюмом	200	3,2	2,6	73	136,3
2	Хлеб пшеничный	2\60	4,6	0,5	29,5	141
3	Чай с молоком	200	1	0	0	по
	Обед					
2	Суп гороховый	300	2,7	5,1	18,1	130
3	Плов из говядины	220	5,1	14,9	43,3	352
6	Хлеб пшеничный	2\60	7,9	1,4	40	208
7	Компот Шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97
	полдник					
1	Пряник	25	1,4	1,3	18,7	91
2	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81
	Ужин					
1	Каша перловая	200	5,5	8	37,7	251
2	Хлеб пшеничный	2\60	4,6	0,5	29,5	141
3	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
	Итого:		38,3	35,9	343,5	1688,3