

Меню(ноябрь 2024)год.

Меню 15.11.2024г

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

Меню 15.11.2024г 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)
Пятница						
	Завтрак					
1	Каша гречневая	210	29,7	22,6	28,7	437
2	Хлеб пшеничный	2\60	4,6	0,5	29,5	141
3	Чай с молоком	200	0,1	0	15	60
4	Бутерброд с сыром	1\45	6,7	9,5	9,9	153
	Обед					
2	Суп лапша домашняя	300	3,06	6,7	16,7	133
3	Жаркое по домашнему	200	11	6	12,8	114
5	Компот абрикосы	200	0,5	0	27	по
6	Хлеб пшеничный	2\60	7,9	1,4	40	208
	полдник					
1	Фрукты (яблок)	200	0,8	0,8	19,6	91
2	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144
	Ужин					
1	Каша рисовая молочная	250	6,9	10,7	40,5	286
2	Хлеб пшеничный	2\60	4,6	0,5	29,5	141
3	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
4	Шоколад 1шт	60	1,4	1,3	18,7	91
	Итого:		80,96	63,3	327,9	2059