

Меню(ноябрь 2024)год.

Меню 05.11.2024г

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

Меню 05.11.2024г 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)
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	1,5	1,3	15,9	81
4	бутерброд с сыром	1\45	6,7	9,5	9,9	153
	Обед					
1	Салат овощной	100	1,3	10,8	6,8	130
2	Суп домашний	300	8,6	7,8	25,6	156
3	Жаркое по домашнему	200	23,6	21,1	15,1	344
4	Компот сухофрукт	200	0,5	0	27	0
6	Хлеб пшеничный	2\60	7,9	1,4	40	208
	полдник					
1	Фрукт (яблоко)	200	0,8	0,8	19,6	94
2	Какао с молоком	200	0,1	0	15	60
	Ужин					
1	Каша гречневая	200	17,4	20,8	36,4	386
2	Хлеб пшеничный	2\60	4,6	0,5	29,5	141
3	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
	Итого:		85,4	83,8	323,8	2223