

Меню(декабрь 2024)год.

Меню 20.12.2024г

«Утверждаю»
Директор школы  Салчак А.А.

Меню 20.12.2024г 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)
Пятница						
	Завтрак					
1	Каша пшениая	250	9,7	11,8	44,7	286
2	Хлеб пшеничный	2\60	4,6	0,5	29,5	141
3	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
	Обед					
2	борщ со свежей капустой	300	11	6	12,8	114
3	Картофельное пюре	200	3,8	7,9	19,6	166
4	Сосиска отварная	100	8,3	16,7	0	184
5	Компот сухофрукты	200	0,5	0	27	по
6	Хлеб пшеничный	2\60	7,9	1,4	40	208
	полдник					
1	банан	200	1,8	0,4	16,2	86
2	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144
	Ужин					
1	каша рисовая	200	15,2	15,1	36	341
2	Хлеб пшеничный	2\60	4,6	0,5	29,5	141
3	Чай с молоком	200	0,1	0	15	60
4	Шоколад	50	1,4	1,3	18,7	91
	Итого:		72,6	64,9	329	2022