

с. Сагада

осенне-зимний период.

плановое двенадцатидневное перечень блюд и пищевая ценность для обучающихся в МКОУ «Сагадинская СОШ» от 7 лет и старше на

Меню

« _____ » 2020г.

Маромеднабиев М.Ш.

Роспотребнадзора по РД

Начальник ТО Управления

2020г.

Тасанов О.К.

«Сагадинская СОШ»

Типичное МКОУ





Директору МКОУ «Сагадинская СОШ»
 Д.С. Гасанов

Меню на ноябрь месяц 2020г. для МКОУ «Сагадинская СОШ», согласно требованиям СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся начальных 1 – 4 классов в МКОУ «Сагадинская СОШ»

День: понедельник (числа 9,16,23,30) Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: 7-11 лет

N рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		B ₁	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
60	Хлеб пшеничный 1 сорт	60гр	4,44	1,32	31,8	147,6	0,12	0	0	0,04	22,2	0,92	21	0,96		
	Суп пшеничный с фасолью	200	4,9	3,8	24,0	132,7	0,51	10,5	0	0,33	32,85	2,6	32,6	1,36		
23	Пюре картофельное с сливочным маслом	100	2,08	4,57	11,7	93,19	0,18	30	0	0,75	16,1	1,35	31,62	1,22		
	Салат овощной	60	1,13	7,01	4,0	64,73	0,42	26,1	0	0,26	35,2	0,42	16,36	0,7		
27	Котлеты мясные паровые	50	6,27	5,1	7,12	85,6	0,06	0,13	23	0,36	24,8	95,4	13,5	1,17		
2	Компот из сухофруктов	150	1,71	0	41,6	125,3	0,02	0,8		1,0	31,9	29,1	20,5	0,64		
64	пряник	40	1,76	1,38	28,8	114,8	0,03			0,96	4,4	19	3,6	0,32		
	Итого за день		22,2	23,18	137,43	763,9	1,34	67,5	23	3,7	167,45	148,79	139,1	6,37		