

«Утверждаю :
 Директор МБОУ «Курмановская СОШ»
 Нурлатского МР РТ
 Бильданова Г. И.



Меню на 31 октября 2020 года для учащихся 1-4 классов
 2 неделя

Номер техно- логи- ческой карты	Наименование, Выход блюд 6 Д Е Н Ь	Пищевые вещества				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Белки	Жиры	Углеводы	В1		С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	Салат из свежих огурцов с маслом	60	0.382	6.049	0.037	60	0.016/3.822	-	2.695	9.282	16.500	7.644	0.273	
	Сосиски отварные	100	12.000	7.600	16.000	180	0.300/0	-	0.500	33.400	182.800	19.780	2.400	
	Рис отварной	150	3.670	4.900	28.300	172	0.045/0	39.900	0.270	4.950	82.350	27.000	0.540	
	Чай с сахаром	200/15	0.200		13.70	56	0.008/3.750	-	0.075	9.970	7.500	6.500	0.197	
	Хлеб сельский 1 сорт	20	1.3	0.2	7	35	0.02/0	0	0.2	4.7	21.10	6.3	0.52	
	Хлеб белый 1 сорт	30	2.280	0.240	14.760	71	0.033/0	-	0.330	6.000	19.500	4.200	0.330	
	ИТОГО		19.832	18.989	80.797	574	0.487/18.822	39.900	4.833	75.752	301.37	101.714	4.723	