«Согласовано»

Медсестра МБОУ СОШ с.Кочетово

_____/Оюн С.В./

«06» ноября 2020

«Утверждаю»

МБОУ СОШ с.Кочетово

_____/Сандак Ч.Б./

«06» ноября 2020г

Примерное цикличное 10-ти дневное меню горячих завтраков и обедов

для обучающихся 1-4 классов в период 2020-2021 уч г(возраст 7-11 лет)

Наименование типа блюда	Выход	№ Рец.	Наименование дней недели ,блюд	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (калл)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Понедельник-1																
Завтрак																
Овощи закрытого грунта порционные (подгарнировка или салат)	20	71М	Помидоры Порционные	25	0,3	0,05	2,3	6	0,015	6,25		0,175	3,5	6,5	5	0,225
Блюда из мяса с крупами , овощами , картофелем (в том числе с подгарнировкой из св.овощей , салатов	180	265М	Плов из говядины	180	21,09	21,626	32,852	410,67	0,109	4,25		3,306	21,47	254,71	49,76	3,283