

«Утверждаю»

Директор МОБУ СОШ д. Верхний Муйнак

Рад
Раемгужина Р.М.



Меню на 8 сентября 2021 г

Для обучающихся с 1-4 класс, детей из ММС

НОШ д.Мазитово

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	завтрак					
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63			35
2,10	Салат из белокоч.капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12
131,80	Плов из мяса птицы	250	15,21	16,65	37,28	359,21
282,11	Напиток витамин. «Витошка»	200	0,5	0,5	12,25	58,75
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	3,6	0,45	24,75	117
38,59	Яблоко	100	0,5	0,5	12,25	58,75
Итого за Завтрак			20,69	20,68	90,99	636,08

Повар: *Умар* Исмагилова Г.Ю.