Согласовано:
Врио начальника
ТО Управления Роспотребнадзора по ЧР
в Ачхой-Мартановском районе
_____ К.Л. Абалаева

«15» августа 20 20 г.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 2
с. Рошни-Чу
_____М.А-А. Эльмурзаева

«15» августа 20 20 г.

Цикличное меню
МБОУ «СОШ № 2 с. Рошни- Чу» для учащихся от 7 до 11 лет
на 2020 – 2021 учебный год.

№ Рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	1 день													
	Каша жидкая молочная из манной круппы	220	6,23	9,66	42,75	283,69	0,084	1,3	0	0	132,945	0	0	0,489
	Салат из свеклы отварной	100	1,7	3	15,2	186	002	7,5	0	0	37	43,2	22	0,14
	Хлеб пшеничный	40	3,07	0,32	0,08	94	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	Банан	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	0	8	0	0	0
	Итого за обед:	**460**	**12,5**	**13,48**	**79,03**	**659,69**	**0,184**	**9,8**	**0,**	**0.04**	**185,945**	**69,2**	**27,**	**1,069**
	2 день													
	Щи из свежей капусты	250	1,7	5,1	10,3	93	0,03	38	0,01	0,45	93	82	25	1,8
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,00	58	0,02	20	0	0,01	19	124	11	21
	Морковь отварная с растительным маслом	50	0,35	2,52	1,87	31,38	0,11	1,7	0,04	1,84	16,4	15,5	10,53	0,34
	Хлеб 1 сорта йодирован.	50	4.4	2,76	27,6	138	0,11	1,7	0	1,52	14,5	99,5	27,5	1,6
	Итого за обед	**550**	**6,65**	**10,38**	**54,77**	**320,38**	**0,27**	**61,4**	**0,005**	**3,82**	**142,9**	**321**	**740,3**	**24,74**
	3 день													