

Утверждено
 Директор школы
 Дамдын В.М.



МЕНЮ

«17» марта 2021 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины						Минеральные вещества					
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
1	Куриный суп	250	2,034	6,665	11,158	113,6	0,057	19,89	10	2,4	48,96	56,04	24,64	1,16			
2	Бигус	180	21,09	21,626	32,852	410,67	0,109	4,25		3,306	21,47	254,71	49,76	3,283			
3	Чай с сахаром	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8			
4	Хлеб с повидлом	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,047	0,6			51	41,2	3,6	0,36			
5	Вафли	40															
6	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38		0,2	35	17	11	0,1			