Утверждено
Директор школы
_____ Дамдын В.М.

МЕНЮ

«9» марта 2021 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В 1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	Щи из свежей капусты	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	Гуляш с пшеном и мясом	180	6,758	5,143	43,083	245,834	0,104		24	0,975	14,134	55,095	9,826	0,997
3	Хлеб	30	2,16	0,52	16,4	79,6	0,04			0,39	14,8	51,6	12	0,01
4	Чай с молоком	200	0,063	0,007	5,203	22,342	0,004	2,9		0,014	7,75	9,78	5,24	0,877
5	Шоколад	40												