Утверждено
Директор школы
_____ Дамдын В.М.

МЕНЮ

«29» 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	Гарнир гречка с сардельками	180	8,104	5,737	36,609	230,165	0,276		20	0,562	15,527	192,531	128,091	4,31
3	Чай с молоком	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8
4	Булочка	40	4,494	2,251	29,559	156,428	0,262	0,096	1,6	0,546	76,487	70,834	20,9	0,741
5	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38		0,2	35	17	11	0,1
6	Яйцо	40												