Утверждено
Директор школы
_____ Ламдын В.М.

**МЕНЮ**

**«30» 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 | Суп домашний | 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 | Плов из говядины | 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 | 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 | Шоколад | 40 | | | | | | | | | | | | |
| 6 | Пряник | 40 | | | | | | | | | | | | |