Утверждено
Директор школы
Дамдын В.М.

МЕНЮ

«5» 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 тувинский	225	7,34	5,263	17,352	146,48	0,22	10,57	7,7	1,578	34,444	113,656	36,529	1,96
2	Гарнир пшеничная с тушеной окорочкой	180	4,645	5,324	20,03	149,703	0,1	98,5	28	0,442	108,584	81,376	41,049	1,642
3	Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8
4	Хлеб	40	2,16	0,52	16,4	79,6	0,04			0,39	14,8	51,6	12	0,01
5	Шоколад	40												

Утверждено
Директор школы
_____ Дамдын В.М.

МЕНЮ

«6» 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	225	2,593	2,414	18,788	107,6	0,107	14,95			1,137	16,214	57,986	21,909
2	Молочная каша	225	10,129	10,128	41,708	300,135	0,147	1,356	42,6	0,177	279,35	277,83	57,07	0,978
3	Фруктовый салат	80	0,856	0,136	13,986	61,85	0,042	4,9		0,278	19,24	35,09	24,51	0,862
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	Пряник	40												