Утверждено
Директор школы
_____ Дамдын В.М.

МЕНЮ

«19» апреля 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	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	Гуляш из говядины	100	14,504	14,883	3,738	207,23	0,077	4,6		1,746	15,4	152,89	22,22	2,315
3	Гречка отварная	180	4,446	5,705	46,711	256,053	0,051		28	0,322	9,204	97,106	31,649	0,664
4	Чай с молоком	200	0,78	0,06	20,12	85,3	0,02	0,8		1,1	32	29,2	21	0,67
5	Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,047	0,6			51	41,2	3,6	0,36
5	Печенье	40												