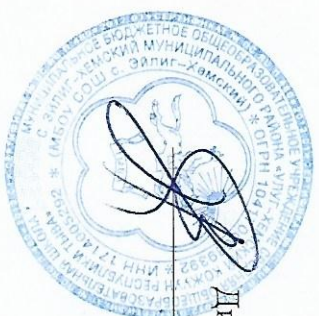


МЕНЮ

«30» апреля 2021 г.

Возрастная категория: 7-11 лет



Утверждено
Директор школы
Дамдыл В.М.

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1	Тувинский суп	225	7,071	4,053	13,674	119,62	0,146	11,825	7,5	1,373	20,14	103,97	28,82	0,929		
2	Окорочка тушеная	180	16,942	9,763	1,173	145,564	0,079	1,544	65	0,333	25,48	130,12	15,62	1,05		
3	Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8		
4	Пряник	40														
5	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38		0,2	35	17	11	0,1		

МЕНЮ

«29» апреля 2021 г.

Возрастная категория: 7-11 лет



Утверждено
Директор школы
Дамдыл В.М.

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1	Рыбный суп	225	7,071	4,053	13,674	119,62	0,146	11,825	7,5	1,373	20,14	103,97	28,82	0,929		
2	Макароны по-флотски	180	6,758	5,143	43,083	245,834	0,104		24	0,975	14,134	55,095	9,826	0,997		
3	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		
4	Хлеб с сыром	40	2,16	0,52	16,4	79,6	0,04			0,39	14,8	51,6	12	0,01		
5	Творог со сметаной	180	28,408	19,525	23,038	387,13	0,188	0,85	86,3	2,449	280,55	361,53	40,18	0,87		
6	Банан	120	1,8	0,6	25,2	115,2	0,048	12		0,48	9,6	33,6	50,4	0,72		

МЕНЮ

«30» апреля 2021 г.

Возрастная категория: 7-11 лет



Утверждено
Директор школы
Дамдын В.М.

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1	Тувинский суп	225	7,071	4,053	13,674	119,62	0,146	11,825	7,5	1,373	20,14	103,97	28,82	0,929		
2	Окорочка тушеная	180	16,942	9,763	1,173	145,564	0,079	1,544	65	0,333	25,48	130,12	15,62	1,05		
3	Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8		
4	Пряник	40														
5	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38		0,2	35	17	11	0,1		