

МЕНЮ

«26» 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	Борщ из свежей капусты	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	Гарнир пшено с сардельками	180	1,406	3,911	13,073	95,555	0,069	9,4	20	0,508	37,02	57,14	38,83	1,753		
3	Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8		
4	Хлеб с маслом	40	2,16	0,52	16,4	79,6	0,04			0,39	14,8	51,6	12	0,01		
5	Банан	120	1,8	0,6	25,2	115,2	0,048	12		0,48	9,6	33,6	50,4	0,72		