

МЕНЮ

«21» октября 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	Суп картофельный с крупой	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	Макаронные изделия	180	6,758	5,143	43,083	245,834	0,104		24	0,975	14,134	55,095	9,826	0,997		
3	Минтай	90	14,614	15,907	13,803	257,45	0,106	1,32	46,2	2,777	16,954	131,034	22,124	1,683		
4	Хлеб	30	2,2	0,4	13	64	0,06			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125		
5	Молоко	200	0,78	0,06	0,06	65,35	0,02	0,8		1,1	32	29,2	21	0,655		