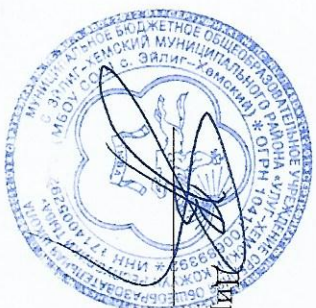


МЕНЮ

«22» октября 2021 г.

Возрастная категория: 7-11 лет



Утверждено
Директор школы
Дамдин 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	7,34	5,263	17,352	146,48	0,22	10,57	7,7	1,578	34,444	113,656	36,529	1,96		
2	Пшено	180	6,758	5,143	43,083	245,834	0,104		24	0,975	14,134	55,095	9,826	0,997		
3	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		
4	Хлеб	30	2,2	0,4	13	64	0,06			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125		
5	Какао	200	0,78	0,06	0,06	65,35	0,02	0,8		1,1	32	29,2	21	0,655		