

МЕННО

«23» октября 2021 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждено
Директор школы
Ламдын В.М.

№	Наименование б.по.да	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины					Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	Молочная каша с маслом	225	10,129	10,128	41,708	300,135	0,147	1,356	42,6	0,177	279,35	277,83	57,07	0,987	
2	Творог	110	24,192	16,788	30,532	374,51	0,186	0,85	98,85	0,302	278,875	330,74	38,44	0,803	
3	Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,1	0,039	13		0,26	20,8	14,3	11,7	2,86	
4	Хлеб	30	2,2	0,4	13	64	0,06			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125	
5	Чай с сахаром	200	0,78	0,06	0,06	65,35	0,02	0,8		1,1	32	29,2	21	0,655	