



Утверждено
Директор школы
Дамдын В.М.

МЕНЮ

«23» ноября 2021 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

№	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	Крестьянский суп	225	2,034	6,665	11,158	113,6	0,057	19,89	10	2,4	48,96	56,04	24,64	1,16		
2	Бигус	180	6,758	5,143	43,083	245,834	0,104		24	0,975	14,134	55,095	9,826	0,997		
3	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	0,06	65,35	0,02	0,8		1,1	32	29,2	21	0,655		
4	Хлеб черный	25	1,65	0,3	8,35	43,5	0,05			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125		