

МЕНЮ

«13» ноября 2021 г.

Возрастная категория: 7-11 лет



Утверждено
Директор школы
Ламдын В.М.

№	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	Плов 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		
2	Домашний хлеб с сыром	40	2,2	0,4	13	64	0,06			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125		
3	Чай с молоком	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8		