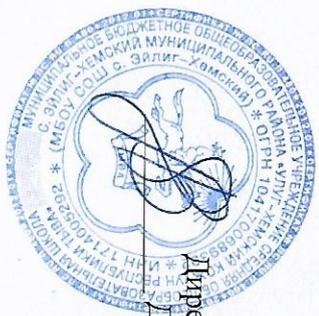


МЕНЮ

«06» декабря 2021 г.

Возрастная категория: 7-11 лет



Утверждено
Директор школы
Дамдыев 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	Щи из свежей капусты	225	7,071	4,053	13,674	119,62	0,146	11,825	7,5	1,373	20,14	103,97	28,82	0,929				
2	Хлеб	30	2,2	0,4	13	64	0,06				0,25	8,25	48,5	14,25	1,125			
3	Чай с молоком	200	0,78	0,06	0,06	65,35	0,02	0,8		1,1	32	29,2	21	0,655				
4	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				
5	Рожки отварные	180	6,758	5,143	43,083	245,834	0,104		24	0,975	14,134	55,095	9,826	0,997				