Утверждено
Директор школы
_____ Дамдын В.М.

МЕНЮ

«25» апреля 2022 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	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	Домашний хлеб	30	2,2	0,4	13	64	0,06			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125
3	Кисель	200	5,8	5	8	106	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
4	Пшено	180	4,466	5,705	46,711	256,053	0,051		28	0,322	9,204	97,106	31,649	0,644
5	Гуляш из говядины	100	14,614	15,907	13,803	257,45	0,106	1,32	46,2	2,777	16,954	131,034	22,124	1,683
6	Печенье	40												