



Утверждено
 Директор школы
 Бамидын В.М.

МЕНЮ

«14» мая 2022 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	Ca	P	Mg	Fe
1	Домашний хлеб	30	2,2	0,4	13	64	0,06			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125
2	Чай с сахаром	200	5,8	5	8	106	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
3	Картофельное пюре	150	4,466	5,705	46,711	256,053	0,051		28	0,322	9,204	97,106	31,649	0,644
4	Окорочка тушеная	100	14,504	14,883	3,738	207,23	0,077	4,6		1,746	15,4	152,89	22,22	2,315

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	Ca	P	Mg	Fe
1	Домашний хлеб	30	2,2	0,4	13	64	0,06			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125
2	Чай с сахаром	200	5,8	5	8	106	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
3	Картофельное пюре	150	4,466	5,705	46,711	256,053	0,051		28	0,322	9,204	97,106	31,649	0,644
4	Окорочка тушеная	100	14,504	14,883	3,738	207,23	0,077	4,6		1,746	15,4	152,89	22,22	2,315

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	Ca	P	Mg	Fe
1	Домашний хлеб	30	2,2	0,4	13	64	0,06			0,25	8,25	48,5	14,25	1,125
2	Чай с сахаром	200	5,8	5	8	106	0,08	1,4	40		240	180	28	0,2
3	Картофельное пюре	150	4,466	5,705	46,711	256,053	0,051		28	0,322	9,204	97,106	31,649	0,644
4	Окорочка тушеная	100	14,504	14,883	3,738	207,23	0,077	4,6		1,746	15,4	152,89	22,22	2,315