



Утверждено
 Директор школы
 Дамдын В.М.

МЕНЮ

«31» мая 2022 г.

Возрастная категория: 12-17 лет

№	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	Крестьянский суп	225	7,0 71	4,0 53	13, 674	119,62	0,1 46	11, 825	7, 5	1,3 73	20, 14	103, 97	28, 82	0,9 29
2	Кисель	200	0,7 8	0,0 6	0,0 6	65,35	0,0 2	0,8		1,1	32	29, 2	21	0,6 55
3	Хлеб	30	2,2	0,4	13	64	0,0 6			0,2 5	8,2 5	48, 5	14, 25	1,1 25
4	Плов из говядины	150	3,3 39	4,0 03	22, 672	140,496	0,1 63	26, 538	18 ,3	0,1 72	45, 44	99, 21	33, 8	1,2 48