



Утверждено
Директор школы
Дамдын В.М.

МЕНЮ

«10» сентября 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	Са	Р	Мg	Fe
1	Картофель домашний с окорочком	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	Ржаной 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	Винегрет	80	1,2 55	3,0 73	6,6 28	59,97	0,0 24	29		1,4 11	32, 83	24, 66	12, 54	0,4 54