

Утверждаю

Директор школы:  /Данчыг А.Ч./

Меню на «13» декабря 2021г.

Наименование блюд	Масса порции	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
ОБЕД													
Суп картофельный с вермишелью	225	2.593	2.414	18.788	107.6	0.107	14.95		1.137	16.214	57.986	21.909	0.911
Биточек мясной	90	13.172	13.821	13.842	234.847	0.178		12	0.673	16.41	146.01	24.64	2.247
Капуста тушёная	180	3.867	8.466	16.723	157.473	0.09	76.542	28.04	0.383	95.824	74.524	30.667	1.85
Напиток из шиповника	200	0.68	0.28	14.65	76.75	0.014	200	163.4	0.76	12	3.4	3.4	0.615
Конфеты	15	0.075		12	48.06					3.15	1.65	1.05	0.24
Хлеб	30	228	0,84	15.42	78.6	0.047	0,6			51	41.2	3.6	0.36
Итого за завтрак	740	22,66	25,82	91,42	703,33	0,43	292,05	203,44	3,04	194,59	324,77	85,266	6,22

Медработник:  /Byurbu A.M./

Повар:  /Martguy-ool I.O./