

Утверждаю

Директор школы: Данчиг А.Ч.

Меню на «20» декабря 2021г.

Наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
ОБЕД													
Салат из белокочанной капусты	80	1,255	3,073	6,628	59,97	0,024	29		1,411	32,83	24,66	12,54	0,454
Суп с шенном, картофелю	225	4,968	5,375	19,999	148,6	0,144	10,55	7	1,5	18,194	92,446	31,189	1,179
Гуляш из говядины	100	14,504	14,883	3,737	207,23	0,077	4,6		1,746	15,4	152,89	22,222	2,315
Макаронь отварные	180	6,758	5,143	43,083	245,834	0,104		24	0,975	14,134	55,095	9,826	0,997
Компот из сухофруктов	180	0,78	0,06	15,13	63,35	0,02	0,8		1,1	32	29,2	21	0,655
Хлеб	30	228	0,84	15,42	78,6	0,047	0,6			51	41,2	3,6	0,36
Яблоко	137	0,52	0,52	12,74	61,1	0,039	13		0,26	20,8	14,3	11,7	2,86
Итого за завтрак	952	31,06	29,89	116,73	864,68	0,45	58,55	31,0	6,99	184,35	409,79	112,07	8,82

Медработник: Бурбаю /Бурбаю А.М./

Повар: Цыгмэн-сэл Мартый-оол И.О./