

Утверждаю

Директор школы:

 /Данчигт А. Ч./

Меню на «21» января 2022г.

Наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
ОБЕД													
Огурец свежий	100	2	1	5	36	0,043	46,29	135,5	0,78	34,52	29,9	17,45	0,692
Борщ со св капустой сметаной	225	2,415	7,869	10,801	125,04	0,078	35,044	11	2,859	48,184	58,634	25,064	0,908
Гуляш из говядины	50/50	15,434	17,681	3,738	236,11	0,08	4,6		2,646	12,17	161,58	23,1	2,421
Макаронны отварные	180	4,466	5,705	46,711	256,053	0,051		28	0,322	9,204	97,016	31,649	0,664
Какао с молоком	200	0,238	0,098	13,364	59,792	0,006	70,1	57,19	0,266	9,15	9,43	5,59	1,06
Хлеб	35	2,66	0,98	17,99	91,7	0,054	0,7			59,5	48,067	4,2	0,42
Чоко Пай	15	0,075		12	48,06					3,15	1,65	1,05	0,24
Итого за обед	855	61,25	34,332	109,604	852,755	0,312	156,73	231,69	6,873	175,878	406,277	108,103	6,40

Медработник:  /Сюрбю А.М./

Повар:  /Мартуйт-оол И.О./

Утверждаю