Утверждаю

Директор школы: _____ /Данчыт А.Ч./

Меню на «__14__» марта 2022г.

Наименование блюд	Масса порции	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe
ОБЕД													
Суп рыбный	225	7,071	4.053	13.674	119.62	0.146	11,825	7.5	1,373	20.14	103.97	28.82	0.929
Рыба запечённая	90	13.792	7,551	13.868	178,745	0,159		20.017	0,129	15.03	28,08	9,95	1,077
Перловая каша	180	6.758	5.143	43.083	245,834	0.104		24	0.975	14.134	55.095	9.826	0.997
Чай из плодов шиповника	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
Рагу из овощей	60	1,02	5,4	5.4	81,6	0.012	4,2		1,86	24,6	22,2	9	0,42
Хлеб	30	2,28	0,84	15.42	78,6	0.047	0,6			51	41,2	3,6	0,36
Итого за обед	**785**	**31,15**	**37,66**	**104,80**	**764,19**	**0,47**	**86,725**	**108,707**	**4,60**	**134,05**	**259,97**	**66,786**	**4,84**

Медработник: _____ /Бюрбю А.М./

Повар: _____ /Мартый-оол И.О./