

Утверждено

Директор школы: Д. Селенбаев /Данчылт А.Ч./

Меню на «18» апреля 2022г.

Наименование блюд	Масса порции	Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe
ОБЕД													
Салат Винегрет	80	1,255	3,073	6,628	59,97	0,024	29	7	1,411	32,83	24,66	12,54	0,454
Суп гороховый картофелью	225	4,968	5,375	19,999	148,6	0,144	10,55	4,6	1,5	18,194	92,446	31,189	1,179
Гуляш из курицы	100	14,504	14,883	3,737	207,23	0,077	4,6	24	1,746	15,4	152,89	22,22	2,315
Макаронны отварные	180	6,758	5,143	43,083	245,834	0,104	0,8	24	0,975	14,134	55,095	9,826	0,997
Кисель	200	0,78	0,06	15,13	63,35	0,02	0,8		1,1	32	29,2	21	0,655
Хлеб	30	2,28	0,84	15,42	78,6	0,047	0,6			51	41,2	3,6	0,36
Банан	137	0,52	0,52	12,74	61,1	0,039	13	31	0,26	20,8	14,3	11,7	2,86
Итого за обед	982	33,26	30,29	129,73	928,68	0,515	58,55	31	7,292	194,25	467,991	129,17	10,17

Медработник: Буярсбаева /Буярсбаева А.М./

Повар: Мартыгалиев /Мартыгалиев И.О./