

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Эрзинская средняя школа имени Соян Чакар» Эрзинского кожууна  
Республики Тыва



**МЕНЮ**

**Горячего питания обучающихся 1-4 классов**

**на 07.09.2023 года.**

**Возрастные категории: 7-11 лет.**

№	Наименование блюда	Выход, г	Энерг. Ценность, ккал	Пищевые вещества (г)			Витамины				Минеральные вещества			
				Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
1	Суп «Уха»	225	465	19,62	22	22,3	0,08	1,445	245,67	240,1	53,3	28	0,2	0,13
2	Компот из сухофруктов	200	85	0,2	0	23,7	0,75	0,03		1,1	0,53	0,87	2	10,7
3	Фрукты	120-150	94	0,8	0,8	19,6	0,006	70,1	57,19	0,26	9,15	9,43	5,59	1,06
4	Мармелад	15	9	0,1	0,3	0,2	1,2	2,3	0,3	0,2	1,2	0	0,3	1,3
5	Хлеб	30	209	8	1	42	0,047	0,6	0	0	51	41,2	3,6	0,6
<b>Обед</b>														
1	Котлеты рыбные	90	192,3	10,59	10,39	12,64	1,4	2,6	3,51	0,23	12,5	1,15	1,14	0,34
2	Перловая крупа	180	256,5	6,46	9,5	36,1	0,45	2,45	1,34	2,7	2,87	0,243	0,3	0,12
3	Борщ	225	166	6,8	9,1	15,1	0,006	70,1	57,19	0,26	9,15	9,43	5,59	1,06
4	Компот из сухофруктов	200	85	0,2	0	23,7	0,047	0,6	0	0	51	41,2	3,6	0,6
5	Хлеб	30	209	8	1	42	0,047	0,6	0	0	51	41,2	3,6	0,6

Заведующий производством: Аракчаа Д.У

Фельдшер школы: Серен Ч.С-Б. Серен.Ч.С-Б.