

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



МЕНЮ

Горячего питания обучающихся 1-4 классов

на 15.09.2023 года.

Возрастные категории: 7-11 лет.

№	Наименование блюда	Выход, г	Энерг. Ценность, калл	Пищевые вещества (г)			Витамины				Минеральные вещества			
				Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак														
1	Тефтели с говядиной	90	240	2,6	2,4	58,4	0,137	0,84	201,1	0,61	301,7	441,0	47,01	1,95
2	Макаронные изделия	180	136,06	3,08	5,24	23,41	0,006	38		,2	35	17	11	0,1
3	Сок фруктовый	200	112	1,2	0	28,6	0,004	2,9		0,014	7,75	9,78	5,24	0,877
4	Батончик	45	1,3	0,3	0,2	0	1	0,4	0,01	0	1,3	0,2	1,2	0
5	Хлеб	30	209	8	1	42	0,047	0,6	0	0	51	41,2	3,6	0,36
Обед														
1	Суп гороховый	225	39,8	0,58	2,69	6,03	0,035	11,4	6,13	2,014	11,63	63,23	17,52	0,814
2	Гуляш	100	193,3	25,13	12,59	5,73	0,3	0	10,3	1,5	3,2	1,3	0,5	0
3	Макаронные изделия	150	136,06	3,08	5,24	23,41	0,276		20	0,562	15,527	192,531	128,09	4,31
4	Кисель	200	177,56	4,62	4,02	43,8	0,004	2,9		0,014	7,75	9,78	5,24	0,877
5	Хлеб	30	209	8	1	42	0,047	0,6	0	0	51	41,2	3,6	0,6

Заведующий производством: Насык Н.Н.

Фельдшер школы: Серен Ч.С-Б.