

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



Директор школы:
Аракчаа Д.У

МЕНЮ

Горячего питания обучающихся 1-4 классов

на 18.09.2023 года.

Возрастные категория: 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
Завтрак														
1	Каша молочная «Дружба»	225	440	8,3	14,6	72,5	0,165	0,2	21,2	1,86	14,35	12,8	20,1	1,9
2	Сыр порциями	20	72,8	4,6	5,9	0	0,06	0	0	0,3	9,9	58,2	17,1	1,35
3	Какао с молоком	200	156,6	3,6	4,26	25,14	0,2	1,3	0,45	3,3	2,1	3,2	0,4	0,3
4	Фрукты	120-150	10	0,4	0,4	19,6	0,06	38		0,2	35	17	11	0,1
5	Хлеб	30	209	8	1	42	0,047	0,6	0	0	51	41,2	3,6	0,36
Обед														
1	Суп гороховый с мясом и картофелем	225	39,8	0,5	2,69	6,03	0,007	46		0,16	8,28	7,59	7,13	0,31
2	Котлеты из птицы	90	241	18,2	18,4	0,7	0,56	0,5	0,03	0,4	1	0	0,2	1,2
3	Гречка рассыпчатая	180	178,2	4,9	6,86	29,66	0,96	1,2	0,3	0,	0,36	0,4	1,3	0
4	Кисель	200	13	0,2	0	3,4	0,2	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	0,36

Заведующий производством: Насык Н.Н

Фельдшер школы: Серен Ч.С-Б.