

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



МЕНЮ

Горячего питания обучающихся 1-4 классов

На 20.09.2023 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
Завтрак														
1	Котлеты из говядины	90	128,2	7,0 6	6,98	8,43	0,147	1,35 6	42,6	0,17 7	279,3 5	2,77,8	57,7	0,978
2	Макаронные изделия	180	136,0 6	3,0 8	5,24	23,41	0,2	0,14	1	0	0,03	0,5	1,3	0
3	Кисель	200	13	0,2	0	3,4	0,34	1,56	2,5	0,13	24,34 0	3,6	21,0	0,12
4	Фрукты	120- 150	107,5 2	0,9 6	0,84	34	132	0,00 7	46		0,166	8,28	7,59	7,13
5	Хлеб	30	209	8	1	42	0,047	0,6	0	0	51	41,2	3,6	0,36
Обед														
1	Суп крестьянский	225	183	14, 3	1	29,3	0,005	75,8 73	29,5 4	0,54 6	89,45	64,64	32,84 6	2,98
2	Куриные котлеты	90	241	18, 2	18,4	0,7	0,014	200	163, 4	0,76	12	3,4	3,4	0,615
3	Картофельное пюре	180	95,47	2,1 7	4,07	14,05	1,3	0,23	1,1	0,12	4	0,6	0,045	0,4
4	Чай с сахаром	200	62,4	0	0	15,29	0,36	1,3	3,4	0,12	1,6	0	0,36	1,3
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