

**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 22.09.2023 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	Сыр порциями	20	72,8	4,6 4	5,9	0	1,2	0,3	0	1,2	0,4	0	1	0,2
2	Каша вязкая молочная ячневая	225	121,4	4,4 7	6,8	18,9	0,147	1,35 6	42,6	0,17 7	279,8 3	277,8 3	57,07	0,978
3	Сок фруктовый	200	112	1,2	0	28,6	0,05		0,1	34,5	0,075	150	96	6,75
4	Батончик	45	2,36	0,0 75	0	12	0,045	15		0,3	24	16,5	13,5	3,3
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	0,5 8	2,69	6,03	0,078	35,0 44	11	2,85 9	48,18	58,63 4	25,06 4	0,908
2	Плов из курицы	180	258	15, 28	13,78	42,56	0,004	2,9		0,14	7,75	9,78	5,24	0,877
3	Сок фруктовый	200	112	1,2	0	28,6	0,004	15	0	0,3	24	16,5	13,5	3,3
4	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.