

Меню столовой МБОУ Приаргунская СОШ на 21.01.2021г. (начальная школа).

Наименование блюда	Масса порции,г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энергетическая ценность, ккал
Макароны отварные с маслом	150\10	5,75	6,1	31,9	205,5
Гуляш с мясом	100	1,9	7,3	15,5	91,2
Салат из свежих овощей	60	0,6	3,6	2,3	44,34
Хлеб	35	3,16	0,4	7,35	93,52
Чай с сахаром и лимоном	200\15\8	0,13	0,02	15,20	62
Яблоко	100	0,4	0,4	6,35	47

Приготовление блюд с использованием йодированной соли.

Проведение витаминизации: витамин С (аскорбиновая кислота).