

29 Декабря 2020 г.

Меню школа № 10 ОП

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/9	Каша пшеничная с маслом сливочным	16-79
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-54
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	16-18
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-311, Са-51, Mg-21, P-52, Fe-1	.250/15/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	24-49
ЭЦ-127, Б-4, Ж-4, У-18, Вит.РР-1, На-385, К-82, Са-10, Mg-8, P-52, Fe-1	.030/37	Бутерброд (булка формовая) с колбасой вареной	24-58
ЭЦ-232, Б-13, Ж-13, У-16, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-2591, К-67, Са-33, Mg-8, P-26, Fe-1	.050/50	Котлета мясная с соусом	24-65
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	11-17
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	15-60
ЭЦ-1901, Б-50, Ж-55, У-297, Вит.А-13002, Вит.С-76, Вит.РР-7, На-5236, К-3311, Са-709, Mg-214, P-695, Fe-8			139-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	16-18
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/9	Каша пшеничная с маслом сливочным	16-79
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-54
ЭЦ-205, Б-5, Ж-8, У-28, Вит.С-8, Вит.РР-1, На-46, К-269, Са-17, Mg-15, P-66, Fe-1	.076	Шаньга Домашняя с картофелем	9-00
ЭЦ-187, Б-7, Ж-9, У-19, На-200, К-37, Са-8, Mg-6, P-26	.1 кус. 56	Бутерброд с колбасой вареной	36-58
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-311, Са-51, Mg-21, P-52, Fe-1	.250/15/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	24-49
ЭЦ-232, Б-13, Ж-13, У-16, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-2591, К-67, Са-33, Mg-8, P-26, Fe-1	.050/50	Котлета мясная с соусом	24-65
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	11-17
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	15-60
ЭЦ-2166, Б-58, Ж-68, У-326, Вит.А-13002, Вит.С-84, Вит.РР-7, На-5097, К-3535, Са-724, Mg-227, P-735, Fe-8			160-00

1-4 класс

ЭЦ-127, Б-4, Ж-4, У-18, Вит.РР-1, На-385, К-82, Са-10, Mg-8, P-52, Fe-1	.030/37	Бутерброд (булка формовая) с колбасой вареной	24-58
ЭЦ-232, Б-13, Ж-13, У-16, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-2591, К-67, Са-33, Mg-8, P-26, Fe-1	.050/50	Котлета мясная с соусом	24-65
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	11-17
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	15-60
ЭЦ-1189, Б-27, Ж-25, У-208, Вит.А-13001, Вит.С-44, Вит.РР-6, На-3690, К-2696, Са-262, Mg-152, P-365, Fe-5			76-00

5-11 класс

ЭЦ-187, Б-7, Ж-9, У-19, На-200, К-37, Са-8, Mg-6, P-26	.1 кус. 56	Бутерброд с колбасой вареной	36-58
ЭЦ-232, Б-13, Ж-13, У-16, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-2591, К-67, Са-33, Mg-8, P-26, Fe-1	.050/50	Котлета мясная с соусом	24-65
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	11-17
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	15-60
ЭЦ-1249, Б-30, Ж-30, У-209, Вит.А-13001, Вит.С-44, Вит.РР-5, На-3505, К-2651, Са-260, Mg-150, P-339, Fe-4			88-00

Руководитель

Зав. производством