

11 Января 2021 г.

Меню Школа № 10 ОП

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Ca-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	20-01
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	10-40
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	10-53
ЭЦ-278, Б-9, Ж-13, У-31, Вит.РР-1, Na-204, К-69, Ca-14, Mg-8, P-53, Fe-1	.080	Колбаса запеченная в тесте	24-46
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108, Ca-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Булка формовая	4-60
ЭЦ-444, Б-11, Ж-19, У-55, Вит.РР-2, Na-1521, К-340, Ca-35, Mg-178, P-268, Fe-6	.200	Каша гречневая рассыпчатая	15-68
ЭЦ-230, Б-15, Ж-16, У-6, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1398, К-33, Ca-17, Mg-4, P-12	.060/50	Бифитекс Школьный с соусом	58-18
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-54
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108, Ca-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Булка формовая	4-60
ЭЦ-2178, Б-70, Ж-80, У-295, Вит.С-5, Вит.РР-7, Na-4667, К-1203, Ca-514, Mg-271, P-855, Fe-11			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Ca-202, Mg-23, P-150	.200/6	Каша ячневая с маслом	17-21
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	10-40
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	10-53
ЭЦ-278, Б-9, Ж-13, У-31, Вит.РР-1, Na-204, К-69, Ca-14, Mg-8, P-53, Fe-1	.080	Колбаса запеченная в тесте	24-46
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108, Ca-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Булка формовая	4-60
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	.0.200	Сок Фруктовый	13-80
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-311, Ca-51, Mg-21, P-52, Fe-1	.250/14/7	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	20-14
ЭЦ-230, Б-15, Ж-16, У-6, Вит.С-1, Вит.РР-2; Na-1398, К-33, Ca-17, Mg-4, P-12	.060/50	Бифитекс Школьный с соусом	58-18
ЭЦ-281, Б-5, Ж-6, У-50, Вит.РР-1, Na-1557, К-71, Ca-21, Mg-36, P-108, Fe-1	.200	Рис припущенный	11-66
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108, Ca-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Булка формовая	4-60
ЭЦ-2666, Б-71, Ж-74, У-424, Вит.А-13001, Вит.С-74, Вит.РР-9, Na-5417, К-3622, Ca-691, Mg-243, P-882, Fe-9			178-00

1-4 класс

ЭЦ-230, Б-15, Ж-16, У-6, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1398, К-33, Ca-17, Mg-4, P-12	.060/50	Бифитекс Школьный с соусом	58-18
ЭЦ-444, Б-11, Ж-19, У-55, Вит.РР-2, Na-1521, К-340, Ca-35, Mg-178, P-268, Fe-6	.200	Каша гречневая рассыпчатая	15-68
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-54
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108, Ca-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Булка формовая	4-60
ЭЦ-1054, Б-36, Ж-40, У-137, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-3416, К-579, Ca-136, Mg-207, P-407, Fe-8			84-00

5-11 класс

ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-311, Ca-51, Mg-21, P-52, Fe-1	.250/14/7	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	20-14
ЭЦ-230, Б-15, Ж-16, У-6, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1398, К-33, Ca-17, Mg-4, P-12	.060/50	Бифитекс Школьный с соусом	58-18
ЭЦ-281, Б-5, Ж-6, У-50, Вит.РР-1, Na-1557, К-71, Ca-21, Mg-36, P-108, Fe-1	.200	Рис припущенный	11-66
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108, Ca-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Булка формовая	4-60
ЭЦ-992, Б-32, Ж-34, У-139, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-5, Na-4146, К-548, Ca-113, Mg-79, P-254, Fe-4			97-00

Руководитель

Зав.производством