

13 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-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	21-66
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, Na-405, К-109, Са-24, Mg-13, P-87, Fe-1	.080	Слойка Уральская	24-25
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/35г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	16-55
ЭЦ-241, Б-11, Ж-22	.092	Колбаса отварная	57-14
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	12-30
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Компот из св. мандаринов	12-80
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/35г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-1846, Б-51, Ж-73, У-251, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-4, Na-4545, К-895, Са-302, Mg-86, P-430, Fe-5			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/14	Бутерброд с маслом сливочным	12-76
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	21-66
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, Na-405, К-109, Са-24, Mg-13, P-87, Fe-1	.080	Слойка Уральская	24-25
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	16-55
ЭЦ-511, Б-29, Ж-26, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-7, Na-62, К-1315, Са-32, Mg-58, P-142, Fe-2	.060/250	Жаркое по-домашнему	65-63
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, К-79, Са-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/30	Бутерброд (булка формовая) с сыром	27-19
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/35г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-2090, Б-71, Ж-87, У-258, Вит.А-1, Вит.С-64, Вит.РР-11, Na-2331, К-2233, Са-531, Mg-155, P-674, Fe-8			178-00

1-4 класс

ЭЦ-241, Б-11, Ж-22	.092	Колбаса отварная	57-14
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	12-30
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Компот из св. мандаринов	12-80
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/35г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-721, Б-21, Ж-29, У-95, Вит.РР-1, Na-2893, К-120, Са-47, Mg-17, P-90, Fe-1			84-00

5-11 класс

ЭЦ-511, Б-29, Ж-26, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-7, Na-62, К-1315, Са-32, Mg-58, P-142, Fe-2	.060/250	Жаркое по-домашнему	65-63
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, К-79, Са-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/30	Бутерброд (булка формовая) с сыром	27-19
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/35г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-881, Б-41, Ж-34, У-100, Вит.С-50, Вит.РР-8, Na-660, К-1453, Са-274, Mg-85, P-330, Fe-4			97-00

Руководитель

Зав. производством