

14 Января 2021 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-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-55, Са-11, Mg-7, P-39, Fe-1	.050/14	Бутерброд (булка формовая) с маслом сливочным	14-03
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/8	Каша ячневая с маслом	18-71
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	10-53
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	26-73
ЭЦ-434, Б-22, Ж-21, У-36, Вит.С-49, Вит.РР-5, Na-60, К-1271, Са-31, Mg-56, P-137, Fe-2	.058/150	Жаркое по-домашнему	60-37
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	Бутерброд с сыром	21-21
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-1518, Б-49, Ж-64, У-185, Вит.А-1, Вит.С-69, Вит.РР-7, Na-2205, К-2312, Са-618, Mg-149, P-641, Fe-6			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-55, Са-11, Mg-7, P-39, Fe-1	.050/20	Бутерброд (булка формовая) с маслом сливочным	18-69
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	20-36
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	10-53
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	13-80
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.095	Рогалик сдобный	17-62
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	26-73
ЭЦ-455, Б-25, Ж-25, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5079, К-131, Са-65, Mg-16, P-51, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	11-96
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.098	Котлета мясная	43-57
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.200	Компот из св. мандаринов	12-80
ЭЦ-2345, Б-59, Ж-69, У-369, Вит.А-13002, Вит.С-65, Вит.РР-9, Na-9772, К-3657, Са-686, Mg-206, P-683, Fe-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
			178-00

1-4 класс

ЭЦ-434, Б-22, Ж-21, У-36, Вит.С-49, Вит.РР-5, Na-60, К-1271, Са-31, Mg-56, P-137, Fe-2	.058/150	Жаркое по-домашнему	60-37
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	Бутерброд с сыром	21-21
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-658, Б-30, Ж-27, У-70, Вит.С-49, Вит.РР-5, Na-425, К-1356, Са-244, Mg-76, P-279, Fe-4			84-00

5-11 класс

ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	26-73
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	11-96
ЭЦ-455, Б-25, Ж-25, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5079, К-131, Са-65, Mg-16, P-51, Fe-1	.098	Котлета мясная	43-57
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/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1086, Б-38, Ж-40, У-145, Вит.А-2, Вит.С-22, Вит.РР-6, Na-8996, К-764, Са-153, Mg-62, P-224, Fe-3			97-00

Руководитель

Зав. производством