

18 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-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/31	Бутерброд с сыром	25-98
ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, Na-469, К-239, Са-200, Mg-23, P-149	.200/10	Каша пшеница с маслом	22-66
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-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/7/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	15-58
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.050/50	Гуляш	61-09
ЭЦ-315, Б-10, Ж-8, У-50, Вит.РР-2, Na-661, К-309, Са-23, Mg-162, P-244, Fe-5	.170	Каша гречневая рассыпчатая	13-73
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	7-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/35г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-1757, Б-50, Ж-76, У-185, Вит.А-1, Вит.С-37, Вит.РР-3, Na-2423, К-1127, Са-559, Mg-243, P-669, Fe-8			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/30	Бутерброд с сыром	25-57
ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, Na-469, К-239, Са-200, Mg-23, P-149	.200/10	Каша пшеница с маслом	22-66
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-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/7/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	15-58
ЭЦ-371, Б-12, Ж-9, У-59, Вит.РР-2, Na-778, К-363, Са-27, Mg-191, P-287, Fe-6	.200	Каша гречневая рассыпчатая	16-15
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.050/50	Гуляш	61-09
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/35г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-458, Б-6, Ж-20, У-64, Вит.РР-1, Na-53, К-105, Са-20, Mg-11, P-60, Fe-1	.100	Песочная Турбинка	13-19
ЭЦ-76, Б-1, У-18, Вит.С-4, Na-12, К-240, Са-14, Mg-8, P-14, Fe-1	.200	Сок	13-80
ЭЦ-2328, Б-59, Ж-97, У-271, Вит.А-1, Вит.С-41, Вит.РР-4, Na-2606, К-1550, Са-602, Mg-295, P-794, Fe-12			178-00

1-4 класс

ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.050/50	Гуляш	61-09
ЭЦ-315, Б-10, Ж-8, У-50, Вит.РР-2, Na-661, К-309, Са-23, Mg-162, P-244, Fe-5	.170	Каша гречневая рассыпчатая	13-73
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	7-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/35г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-979, Б-24, Ж-42, У-93, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-845, К-420, Са-36, Mg-172, P-282, Fe-5			84-00

5-11 класс

ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/7/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	15-58
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.050/50	Гуляш из говядины	61-09
ЭЦ-371, Б-12, Ж-9, У-59, Вит.РР-2, Na-778, К-363, Са-27, Mg-191, P-287, Fe-6	.200	Каша гречневая рассыпчатая	16-15
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/35г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-1175, Б-32, Ж-54, У-106, Вит.А-1, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-1682, К-808, Са-95, Mg-226, P-384, Fe-8			97-00

Руководитель

Зав.производством