

22 Января 2021 г.

Меню школы №10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом	23-69
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	11-01
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	21-50
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 Икор	13-80
ЭЦ-37, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, Na-547, К-70, Са-23, Mg-7, P-13	.070	Салат из свежей капусты	4-12
ЭЦ-202, Б-15, Ж-14, У-6, Вит.РР-2, Na-792, К-3, Са-9, Mg-1, P-5	.051	Шницель н-р	59-73
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	12-43
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-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-1860, Б-50, Ж-48, У-306, Вит.А-13000, Вит.С-54, Вит.РР-6, Na-5136, К-3140, Са-801, Mg-203, P-725, Fe-6			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом	23-69
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	11-01
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	21-50
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 Икор	13-80
ЭЦ-27, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, К-50, Са-17, Mg-5, P-9	.050	Салат из свежей капусты	2-94
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/30	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	20-24
ЭЦ-275, Б-22, Ж-21, Вит.РР-3, Na-434, Са-4, P-1	.066	Бифитекс нат. руб.	65-15
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, К-1013, Са-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	17-25
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-1898, Б-54, Ж-59, У-282, Вит.А-13001, Вит.С-101, Вит.РР-10, Na-3932, К-4443, Са-780, Mg-247, P-802, Fe-8			178

1-4 класс

ЭЦ-37, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, Na-547, К-70, Са-23, Mg-7, P-13	.070	Салат из свежей капусты	4-12
ЭЦ-202, Б-15, Ж-14, У-6, Вит.РР-2, Na-792, К-3, Са-9, Mg-1, P-5	.051	Шницель н-р	59-73
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	12-43
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-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-691, Б-28, Ж-25, У-92, Вит.С-12, Вит.РР-3, Na-4258, К-290, Са-143, Mg-36, P-161, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-27, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, К-50, Са-17, Mg-5, P-9	.050	Салат из свежей капусты	2-94
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/30	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	20-24
ЭЦ-229, Б-18, Ж-17, Вит.РР-3, Na-362, Са-3, P-1	.055	Бифитекс нат. руб.	54-15
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, К-1013, Са-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	17-25
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-683, Б-28, Ж-32, У-68, Вит.А-1, Вит.С-59, Вит.РР-7, Na-2982, К-1593, Са-121, Mg-80, P-238, Fe-4			97

Руководитель

Зав. производством

