

26 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-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	18-35
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	10-08
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	11-01
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Ca-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/14	Суп картоф.с домашней лапшой, с мясом	28-62
ЭЦ-525, Б-11, Ж-37, У-5, Na-1520, К-8, Ca-16, Mg-2, P-8	.072	Бифштекс Школьный	51-97
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	12-43
ЭЦ-134, Б-1, У-34, К-1, Ca-1	.200	Компот из св. апельсинов	17-66
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-1819, Б-48, Ж-73, У-212, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-3, Na-5753, К-1019, Ca-362, Mg-84, P-473, Fe-3			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	18-35
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	10-08
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	11-01
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Ca-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/14	Суп картоф.с домашней лапшой, с мясом	28-62
ЭЦ-187, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-195, К-64, Ca-13, Mg-8, P-49, Fe-1	.077	Булочка Сладкая	11
ЭЦ-352, Б-18, Ж-17, У-30, Вит.С-39, Вит.РР-4, Na-49, К-1030, Ca-25, Mg-46, P-111, Fe-2	.247	Жаркое по-домашнему	53-02
ЭЦ-333, Б-12, Ж-19, У-29, Вит.РР-1, Na-191, К-64, Ca-13, Mg-8, P-50, Fe-1	.100	Колбаса, запеченная в тесте	39-62
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-1809, Б-64, Ж-70, У-230, Вит.А-1, Вит.С-58, Вит.РР-8, Na-1957, К-2108, Ca-362, Mg-136, P-617, Fe-7			178

1-4 класс

ЭЦ-525, Б-11, Ж-37, У-5, Na-1520, К-8, Ca-16, Mg-2, P-8	.072	Бифштекс Школьный	51-97
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	12-43
ЭЦ-134, Б-1, У-34, К-1, Ca-1	.200	Компот из св. апельсинов	17-66
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-1025, Б-22, Ж-44, У-104, Вит.РР-1, Na-4413, К-128, Ca-63, Mg-19, P-98, Fe-1			84

5-11 класс

ЭЦ-352, Б-18, Ж-17, У-30, Вит.С-39, Вит.РР-4, Na-49, К-1030, Ca-25, Mg-46, P-111, Fe-2	.047/200	Жаркое по-домашнему	53-02
ЭЦ-333, Б-12, Ж-19, У-29, Вит.РР-1, Na-191, К-64, Ca-13, Mg-8, P-50, Fe-1	.100	Колбаса, запеченная в тесте	39-62
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-828, Б-33, Ж-36, У-92, Вит.С-39, Вит.РР-5, Na-422, К-1153, Ca-50, Mg-63, P-193, Fe-4			97

Руководитель

Зав.производством

В.В.В.
Д.М.Д.
Е.Е.Е.