

27 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-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	22-06
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	22-03
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, К-266, Са-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	23-49
ЭЦ-556, Б-24, Ж-35, У-36, Вит.А-15, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-93, К-258, Са-285, Mg-42, P-372, Fe-1	.150/23	Запеканка творожная с мол. сгущенным	67-10
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофейный напиток	14-96
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-1398, Б-50, Ж-62, У-161, Вит.А-16, Вит.В2-1, Вит.С-12, Вит.РР-3, Na-1584, К-919, Са-719, Mg-110, P-751, Fe-5			154

ОВЗ 5-11 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	.200/5	Каша манная с маслом	17-83
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	22-03
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-435, Б-11, Ж-24, У-44, Вит.РР-1, Na-100, К-104, Са-74, Mg-16, P-135, Fe-1	.105	Ватрушка Лакомка	23-12
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 1кор	15-60
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, К-266, Са-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/19/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	23-30
ЭЦ-556, Б-24, Ж-35, У-36, Вит.А-15, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-93, К-258, Са-285, Mg-42, P-372, Fe-1	.150/30	Запеканка творожная с мол. сгущенным	69-34
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/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-2363, Б-64, Ж-84, У-333, Вит.А-13016, Вит.В2-1, Вит.С-51, Вит.РР-6, Na-1680, К-3425, Са-938, Mg-223, P-1029, Fe-9			178

1-4 класс

ЭЦ-556, Б-24, Ж-35, У-36, Вит.А-15, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-93, К-258, Са-285, Mg-42, P-372, Fe-1	.150/23	Запеканка творожная с мол. сгущенным	67-10
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофейный напиток	14-96
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-719, Б-29, Ж-37, У-68, Вит.А-15, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-299, К-365, Са-352, Mg-54, P-441, Fe-1			84

5-11 класс

ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, К-266, Са-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/19/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	23-30
ЭЦ-556, Б-24, Ж-35, У-36, Вит.А-15, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-93, К-258, Са-285, Mg-42, P-372, Fe-1	.150/30	Запеканка творожная с мол. сгущенным	69-34
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/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-853, Б-33, Ж-42, У-87, Вит.А-16, Вит.В2-1, Вит.С-10, Вит.РР-2, Na-757, К-583, Са-319, Mg-65, P-443, Fe-3			97

Руководитель

Зав. производством

В.М.
Сергей