

28 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, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом	23-69
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-34
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-146, Б-4, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, K-356, Ca-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/14/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	26-19
ЭЦ-236, Б-11, Ж-21	.090	Колбаса отварная	57-02
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, K-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	17-25
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	7-79
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-1267, Б-33, Ж-60, У-150, Вит.А-1, Вит.С-85, Вит.РР-8, Na-3454, K-1733, Ca-335, Mg-128, P-454, Fe-5			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом	23-69
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-34
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-1869, Б-49, Ж-47, У-304, Вит.В1-1, Вит.РР-6, Na-1948, K-645, Ca-125, Mg-79, P-489, Fe-7	0.77	Булочка Сладкая	11
ЭЦ-146, Б-4, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, K-356, Ca-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/14/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	26-19
ЭЦ-218, Б-16, Ж-14, У-9, Вит.С-1, Na-7, K-35, Ca-13, Mg-3, P-16	.079	Шницель рыбный натуральный	55-04
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, K-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	17-25
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-55
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/70 г	Хлеб народный 1 кус.	3-52
ЭЦ-401, Б-5, Ж-17, У-57, Вит.РР-1, Na-92, K-89, Ca-15, Mg-9, P-48, Fe-1	.080	Пирог Сказка	11-64
ЭЦ-3705, Б-95, Ж-118, У-562, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.С-65, Вит.РР-12, Na-5694, K-2662, Ca-504, Mg-228, P-1035, Fe-15			178

1-4 класс

ЭЦ-236, Б-11, Ж-21	.090	Колбаса отварная	57-02
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, K-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	17-25
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	7-79
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-562, Б-18, Ж-28, У-56, Вит.С-62, Вит.РР-6, Na-1793, K-1047, Ca-77, Mg-49, P-155, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-218, Б-16, Ж-14, У-9, Вит.С-1, Na-7, K-35, Ca-13, Mg-3, P-16	.079	Шницель рыбный натуральный	55-04
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, K-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	17-25
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-55
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/70 г	Хлеб народный 1 кус.	3-52
ЭЦ-401, Б-5, Ж-17, У-57, Вит.РР-1, Na-92, K-89, Ca-15, Mg-9, P-48, Fe-1	.080	Пирог Сказка	11-64
ЭЦ-1131, Б-31, Ж-39, У-164, Вит.С-42, Вит.РР-4, Na-2085, K-1331, Ca-121, Mg-70, P-247, Fe-5			97

Руководитель

Зав. производством



