

03 Февраля 2021 г.

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.шт	Яйцо отварное	10-08
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-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.шт.	Бисквит "Мерендинки"	10-92
ЭЦ-193, Б-10, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-996, K-478, Ca-34, Mg-26, P-70, Fe-1	.050	Булка формовая	2-30
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	.250/15/10	Суп картоф. с крупой, с рыбой	20-59
ЭЦ-230, Б-14, Ж-17, У-8, Вит.РР-5, Na-1991, K-132, Ca-33, Mg-13, P-114, Fe-1	.200	Картофельное пюре	17-25
ЭЦ-134, Б-1, У-34, K-1, Ca-1	.100/9	Биточки куриные с маслом	47-97
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.200	Компот из св. апельсинов	16-48
ЭЦ-1485, Б-48, Ж-52, У-205, Вит.А-1, Вит.С-52, Вит.РР-11, Na-5572, K-2009, Ca-316, Mg-143, P-638, Fe-9	.050	Булка формовая	2-30
			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.шт	Яйцо отварное	10-08
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	.200/8	Каша рисовая с маслом	21-86
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-30
ЭЦ-76, Б-1, У-18, Вит.С-4, Na-12, K-240, Ca-14, Mg-8, P-14, Fe-1	.200	Сок	15-60
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, Na-44, K-86, Ca-18, Mg-11, P-67, Fe-1	.100	Крендель в сахаре	21-59
ЭЦ-193, Б-10, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-996, K-478, Ca-34, Mg-26, P-70, Fe-1	.250/25/10	Суп картоф. с крупой, с рыбой	24-74
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	12-57
ЭЦ-249, Б-12, Ж-23	.095	Колбаса отварная	60-54
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-2052, Б-58, Ж-74, У-290, Вит.А-1, Вит.С-22, Вит.РР-6, Na-4864, K-1312, Ca-293, Mg-124, P-558, Fe-10			178

1-4 класс

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-230, Б-14, Ж-17, У-8, Вит.РР-5, Na-1991, K-132, Ca-33, Mg-13, P-114, Fe-1	.100/9	Биточки куриные с маслом	47-97
ЭЦ-134, Б-1, У-34, K-1, Ca-1	.200	Компот из св. апельсинов	16-48
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-30
ЭЦ-718, Б-23, Ж-25, У-100, Вит.С-34, Вит.РР-8, Na-3839, K-1200, Ca-114, Mg-64, P-282, Fe-4			84

5-11 класс

ЭЦ-193, Б-10, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-996, K-478, Ca-34, Mg-26, P-70, Fe-1	.250/10/12	Суп картоф. с крупой, с рыбой	17-59
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	12-57
ЭЦ-249, Б-12, Ж-23	.095	Колбаса отварная	60-54
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-951, Б-35, Ж-40, У-115, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-3, Na-4071, K-655, Ca-93, Mg-52, P-191, Fe-4			97

Руководитель

Зав. производством