

04 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-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, На-416, К-79, Са-230, Мг-18, Р-156, Fe-1	.050/25	Бутерброд (булка формовая) с сыром	21-09
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, К-203, Са-132, Мг-22, Р-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	22-06
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-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, На-482, К-266, Са-22, Мг-14, Р-39, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	24-43
ЭЦ-411, Б-21, Ж-20, У-35, Вит.С-46, Вит.РР-5, На-57, К-1206, Са-29, Мг-53, Р-130, Fe-2	.255	Жаркое по-домашнему	79-64
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1293, Б-46, Ж-47, У-171, Вит.А-1, Вит.С-56, Вит.РР-8, На-1576, К-1838, Са-430, Мг-120, Р-494, Fe-7			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, На-416, К-79, Са-230, Мг-18, Р-156, Fe-1	.050/25	Бутерброд (булка формовая) с сыром	21-09
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, К-203, Са-132, Мг-22, Р-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	22-06
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-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, На-482, К-266, Са-22, Мг-14, Р-39, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	24-43
ЭЦ-187, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, На-195, К-64, Са-13, Мг-8, Р-49, Fe-1	0.077	Булочка Сладкая	11
ЭЦ-588, Б-25, Ж-21, У-72, Вит.В1-1, Вит.С-83, Вит.РР-8, На-136, К-2345, Са-48, Мг-96, Р-248, Fe-4	.260	Запеканка картоф. с мясом	67-33
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-559, Б-5, Ж-36, У-57, На-65, К-72, Са-35, Мг-7, Р-55, Fe-1	.108	Пирожное Черемушка	25-31
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-2216, Б-60, Ж-89, У-295, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.С-93, Вит.РР-12, На-1915, К-3113, Са-497, Мг-178, Р-716, Fe-11			178

1-4 класс

ЭЦ-411, Б-21, Ж-20, У-35, Вит.С-46, Вит.РР-5, На-57, К-1206, Са-29, Мг-53, Р-130, Fe-2	.255	Жаркое по-домашнему	79-64
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-554, Б-24, Ж-20, У-68, Вит.С-46, Вит.РР-5, На-239, К-1265, Са-41, Мг-62, Р-162, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-588, Б-25, Ж-21, У-72, Вит.В1-1, Вит.С-83, Вит.РР-8, На-136, К-2345, Са-48, Мг-96, Р-248, Fe-4	.260	Запеканка картоф. с мясом	67-33
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-559, Б-5, Ж-36, У-57, На-65, К-72, Са-35, Мг-7, Р-55, Fe-1	.108	Пирожное Черемушка	25-31
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1290, Б-33, Ж-57, У-162, Вит.В1-1, Вит.С-83, Вит.РР-8, На-383, К-2476, Са-95, Мг-112, Р-335, Fe-6			97

Руководитель

Зав. производством