

05 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-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/8	Каша ячневая с маслом сливочным	15-12
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-01
ЭЦ-257, Б-8, Ж-12, У-30, Вит.РР-1, Na-398, K-121, Ca-22, Mg-13, P-91, Fe-1	.075	Сосиска, запеченная в тесте	20-95
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, K-356, Ca-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/15/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	22-92
ЭЦ-238, Б-13, Ж-16, У-12, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-844, K-86, Ca-35, Mg-8, P-45, Fe-1	.071/5	Зразы рубленые	41-31
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	13
ЭЦ-128, У-33, Na-24, K-33, Ca-16, Mg-8, P-26, Fe-1	.200	Компот из изюма	8-43
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	Бутерброд с сыром	21-26
ЭЦ-1630, Б-48, Ж-63, У-220, Вит.А-1, Вит.С-26, Вит.РР-5, Na-5820, K-1033, Ca-617, Mg-110, P-601, Fe-6			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	14-39
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-01
ЭЦ-343, Б-10, Ж-15, У-40, Вит.РР-1, Na-531, K-161, Ca-29, Mg-17, P-121, Fe-2	.100	Сосиска, запеченная в тесте	27-93
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, K-356, Ca-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/20/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	27-67
ЭЦ-404, Б-21, Ж-20, У-34, Вит.С-45, Вит.РР-5, Na-56, K-1184, Ca-29, Mg-52, P-127, Fe-2	.254	Жаркое по-домашнему	78-42
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-403, Б-6, Ж-18, У-55, Вит.РР-1, Na-34, K-91, Ca-40, Mg-10, P-65, Fe-1	.100	Пирог к чаю	14-22
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1853, Б-52, Ж-75, У-241, Вит.А-1, Вит.С-68, Вит.РР-8, Na-2281, K-2143, Ca-407, Mg-141, P-584, Fe-7			178

1-4 класс

ЭЦ-238, Б-13, Ж-16, У-12, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-844, K-86, Ca-35, Mg-8, P-45, Fe-1	.071/5	Зразы рубленые	41-31
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	13
ЭЦ-128, У-33, Na-24, K-33, Ca-16, Mg-8, P-26, Fe-1	.200	Компот из изюма	8-43
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	Бутерброд с сыром	21-26
ЭЦ-813, Б-28, Ж-29, У-111, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-3944, K-264, Ca-298, Mg-44, P-271, Fe-4			84

5-11 класс

ЭЦ-404, Б-21, Ж-20, У-34, Вит.С-45, Вит.РР-5, Na-56, K-1184, Ca-29, Mg-52, P-127, Fe-2	.254	Жаркое по-домашнему	78-42
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-403, Б-6, Ж-18, У-55, Вит.РР-1, Na-34, K-91, Ca-40, Mg-10, P-65, Fe-1	.100	Пирог к чаю	14-22
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-950, Б-30, Ж-38, У-122, Вит.С-45, Вит.РР-6, Na-272, K-1334, Ca-81, Mg-71, P-224, Fe-4			97

Руководитель

Зав. производством