

08 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-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-55, Са-11, Mg-7, P-39, Fe-1	.050/18	Бутерброд (булка формовая) с маслом сливочным	17-35
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	18-35
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-155, Б-2, Ж-5, У-27, Na-37, К-44, Са-16, Mg-5, P-31	.050/шт	Мерендинка	10-92
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	17-60
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	13-21
ЭЦ-259, Б-21, Ж-20, Вит.РР-3, Na-408, Са-4, P-1	.062	Бифитекс нат. руб.	60-88
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-15
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-1642, Б-52, Ж-70, У-205, Вит.А-2, Вит.С-62, Вит.РР-10, Na-2815, К-795, Са-297, Mg-103, P-409, Fe-4			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-55, Са-11, Mg-7, P-39, Fe-1	.050/21	Бутерброд (булка формовая) с маслом сливочным	19-68
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	18-35
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, Na-44, К-86, Са-18, Mg-11, P-67, Fe-1	.100	Крендель в сахаре	21-59
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 Икор	15-60
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	17-60
ЭЦ-238, Б-19, Ж-18, Вит.РР-3, Na-375, Са-4, P-1	.057	Бифитекс нат. руб.	56-28
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	13-21
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-15
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-2467, Б-60, Ж-79, У-375, Вит.А-13002, Вит.С-102, Вит.РР-13, Na-2809, К-3287, Са-499, Mg-209, P-625, Fe-7			178-00

1-4 класс

ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	13-21
ЭЦ-259, Б-21, Ж-20, Вит.РР-3, Na-408, Са-4, P-1	.062	Бифитекс нат. руб.	60-88
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-15
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-690, Б-29, Ж-29, У-79, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-8, Na-1360, К-142, Са-32, Mg-45, P-144, Fe-1			84-00

5-11 класс

ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	17-60
ЭЦ-238, Б-19, Ж-18, Вит.РР-3, Na-375, Са-4, P-1	.057	Бифитекс нат. руб.	56-28
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	13-21
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-15
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-828, Б-33, Ж-38, У-88, Вит.А-2, Вит.С-60, Вит.РР-9, Na-2046, К-452, Са-82, Mg-66, P-195, Fe-2			97-00

Руководитель

Зав. производством