

10 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	.1шт	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	.200/12	Каша рисовая с маслом	25-84
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-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, K-513, Ca-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	27-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, Вит.С-15, Na-423, K-79, Ca-22, Mg-7, P-17	.054	Салат "Здоровье"	9-21
ЭЦ-204, Б-14, Ж-13, У-7, Вит.С-1, Na-1642, K-42, Ca-32, Mg-8, P-40	.070	Суфле Рыбка	47-59
ЭЦ-185, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, K-912, Ca-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180	Картофельное пюре	15-52
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	Кисель Валитек	9-74
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1430, Б-43, Ж-51, У-198, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-127, Вит.РР-14, Na-5639, K-1945, Ca-340, Mg-147, P-592, Fe-7			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	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	.200/11	Каша рисовая с маслом	25-16
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-167, Б-4, Ж-4, У-28, Вит.РР-1, Na-182, K-58, Ca-11, Mg-7, P-44, Fe-1	.070	Ватрушка с творогом	13-62
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-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, K-513, Ca-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	27-42
ЭЦ-64, Б-1, Ж-5, У-4, Вит.С-14, Na-392, K-73, Ca-21, Mg-7, P-16	.050	Салат "Здоровье"	8-45
ЭЦ-204, Б-14, Ж-13, У-7, Вит.С-1, Na-1642, K-42, Ca-32, Mg-8, P-40	.070	Суфле Рыбка	47-59
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-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	17-07
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, K-1042, Ca-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-70
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1676, Б-60, Ж-63, У-227, Вит.А-1, Вит.С-71, Вит.РР-9, Na-6151, K-3166, Ca-766, Mg-354, P-1104, Fe-43			178-00

1-4 класс

ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, Вит.С-15, Na-423, K-79, Ca-22, Mg-7, P-17	.054	Салат "Здоровье"	9-21
ЭЦ-204, Б-14, Ж-13, У-7, Вит.С-1, Na-1642, K-42, Ca-32, Mg-8, P-40	.070	Суфле Рыбка	47-59
ЭЦ-185, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, K-912, Ca-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180	Картофельное пюре	15-52
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	Кисель Валитек	9-74
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-619, Б-22, Ж-25, У-75, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-109, Вит.РР-11, Na-3697, K-1067, Ca-124, Mg-60, P-199, Fe-2			84-00

5-11 класс

ЭЦ-64, Б-1, Ж-5, У-4, Вит.С-14, Na-392, K-73, Ca-21, Mg-7, P-16	.050	Салат "Здоровье"	8-45
ЭЦ-204, Б-14, Ж-13, У-7, Вит.С-1, Na-1642, K-42, Ca-32, Mg-8, P-40	.070	Суфле Рыбка	47-59
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-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	17-07
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, K-1042, Ca-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-70

Руководитель

Зав. производством



