

18 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-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	20-31
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-01
ЭЦ-258, Б-5, Ж-5, У-50, Вит.РР-1, Na-192, К-108, Са-16, Mg-10, P-53, Fe-1	.075	Гребешок с повидлом	9-23
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-246, Б-6, Ж-5, У-43, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-847, К-595, Са-36, Mg-32, P-101, Fe-2	.250/30	Суп-пюре с гренками	17-30
ЭЦ-707, Б-16, Ж-40, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-3, Na-62, К-1315, Са-32, Mg-58, P-142, Fe-2	.260	Жаркое по-домашнему	69-18
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	12-88
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-2084, Б-48, Ж-75, У-274, Вит.А-1, Вит.С-71, Вит.РР-7, Na-2151, К-2608, Са-359, Mg-244, P-701, Fe-8			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15/10	Бутерброд с сыром, с маслом сливочн.	24-93
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	20-31
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-01
ЭЦ-258, Б-5, Ж-5, У-50, Вит.РР-1, Na-192, К-108, Са-16, Mg-10, P-53, Fe-1	.075	Гребешок с повидлом	9-23
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-246, Б-6, Ж-5, У-43, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-847, К-595, Са-36, Mg-32, P-101, Fe-2	.250/30	Суп-пюре с гренками	17-30
ЭЦ-371, Б-21, Ж-21, У-26, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-4146, К-107, Са-53, Mg-13, P-42, Fe-1	.080/30	Котлета мясная с соусом	39-97
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2715, К-141, Са-49, Mg-18, P-82, Fe-2	.200/22	Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов	22-19
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 1кор	15-60
ЭЦ-231, Б-6, Ж-6, У-38, Вит.РР-1, Na-240, К-80, Са-15, Mg-10, P-60, Fe-1	0.095	Булочка Сладкая	13-58
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-2738, Б-71, Ж-69, У-455, Вит.А-13002, Вит.С-69, Вит.РР-11, Na-9210, К-4070, Са-644, Mg-327, P-923, Fe-12			178-00

1-4 класс

ЭЦ-707, Б-16, Ж-40, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-3, Na-62, К-1315, Са-32, Mg-58, P-142, Fe-2	.260	Жаркое по-домашнему	69-18
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	12-88
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-869, Б-19, Ж-40, У-76, Вит.С-50, Вит.РР-3, Na-243, К-1350, Са-39, Mg-63, P-166, Fe-2			84-00

5-11 класс

ЭЦ-246, Б-6, Ж-5, У-43, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-847, К-595, Са-36, Mg-32, P-101, Fe-2	.250/30	Суп-пюре с гренками	17-30
ЭЦ-371, Б-21, Ж-21, У-26, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-4146, К-107, Са-53, Mg-13, P-42, Fe-1	.080/30	Котлета мясная с соусом	39-97
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2715, К-141, Са-49, Mg-18, P-82, Fe-2	.200/22	Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов	22-19
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 1кор	15-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1538, Б-42, Ж-33, У-262, Вит.А-13002, Вит.С-67, Вит.РР-8, Na-7909, К-3327, Са-345, Mg-168, P-429, Fe-7			97-00

Руководитель

Зав.производством