

01 Марта 2021 г.

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/28	Бутерброд с сыром	23-27
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	16-74
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/15/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	22-27
ЭЦ-290, Б-10, Ж-7, У-46, Вит.С-3, Вит.РР-2, На-691, К-302, Са-26, Mg-149, P-234, Fe-5	.150/27	Каша гречневая рассыпчатая с зеленым горошком	22-15
ЭЦ-255, Б-12, Ж-16, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-2390, К-127, Са-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.080/50	Тефтели с соусом	48-90
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-01
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1561, Б-54, Ж-57, У-208, Вит.А-2, Вит.С-41, Вит.РР-5, На-5039, К-1257, Са-647, Mg-248, P-747, Fe-9			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/24	Бутерброд с сыром	20-10
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	16-74
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-435, Б-11, Ж-24, У-44, Вит.РР-1, На-100, К-104, Са-74, Mg-16, P-135, Fe-1	.105	Ватрушка Лакомка	23-12
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/15/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	22-27
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/20	Рис припущенный с овощам, зеленым горошком	19-31
ЭЦ-432, Б-10, Ж-29, У-7, На-1241, К-3, Са-13, Mg-1, P-6	.060	Шницель н-р	46-07
ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, На-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11	.200	Напиток из сока	18-79
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/31,25г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-2195, Б-59, Ж-91, У-260, Вит.А-2, Вит.С-37, Вит.РР-4, На-4133, К-1098, Са-585, Mg-136, P-659, Fe-6			178

1-4 класс

ЭЦ-290, Б-10, Ж-7, У-46, Вит.С-3, Вит.РР-2, На-691, К-302, Са-26, Mg-149, P-234, Fe-5	.150/27	Каша гречневая рассыпчатая с зеленым горошком	22-15
ЭЦ-255, Б-12, Ж-16, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-2390, К-127, Са-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.080/50	Тефтели с соусом (гов. б-к)	48-90
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-01
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-780, Б-28, Ж-28, У-105, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-4, На-3312, К-610, Са-194, Mg-181, P-394, Fe-6			84

5-11 класс

ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/20	Рис припущенный с овощам, зеленым горошком	19-31
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	8-95
ЭЦ-432, Б-10, Ж-29, У-7, На-1241, К-3, Са-13, Mg-1, P-6	.060	Шницель н-р	46-07
ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, На-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11	.200	Напиток из сока	18-79
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/31,25г	Хлеб витаминный	3-88

ЭЦ-1138, Б-28, Ж-49, У-122, Вит.А-2, Вит.С-35, Вит.РР-3, На-3025, К-657, Са-108, Mg-74, P-222, Fe-3

Директор: 
Зав. производством: 