

11 Марта 2021 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость б питания
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Мг-6, Р-28	.31,25/14	Бутерброд с маслом сливочным	13-45
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, К-335, Са-132, Мг-114, Р-239, Fe-3	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	21-15
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-792, К-285, Са-43, Мг-20, Р-47, Fe-1	.200/20/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	29-28
ЭЦ-316, Б-25, Ж-24, Вит.РР-4, На-501, К-11, Са-13, Мг-1, Р-7	.075	Бифштекс натр. рубленый	47-80
ЭЦ-266, Б-7, Ж-6, У-45, Вит.РР-1, На-2577, К-81, Са-38, Мг-12, Р-62, Fe-1	.190/30	Макаронные изделия отварные с зел.горошком	23-70
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	Кисель Валитек	10-56
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1550, Б-55, Ж-56, У-206, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-80, Вит.РР-16, На-5052, К-878, Са-261, Мг-172, Р-463, Fe-6			154-00

ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Мг-6, Р-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	21-57
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, К-335, Са-132, Мг-114, Р-239, Fe-3	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	21-15
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, На-991, К-356, Са-54, Мг-25, Р-58, Fe-1	.250/20/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	32-16
ЭЦ-421, Б-33, Ж-32, Вит.РР-5, На-668, К-14, Са-18, Мг-2, Р-10	.100	Бифштекс натр. рубленый	63-73
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-4, Вит.РР-1, На-2715, К-141, Са-49, Мг-18, Р-82, Fe-2	.200/41	Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов	27-15
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1768, Б-66, Ж-66, У-226, Вит.А-1, Вит.С-26, Вит.РР-8, На-5738, К-1071, Са-300, Мг-193, Р-529, Fe-8			178-00

1-4 класс			
ЭЦ-316, Б-25, Ж-24, Вит.РР-4, На-501, К-11, Са-13, Мг-1, Р-7	.075	Бифштекс натр. рубленый	47-80
ЭЦ-266, Б-7, Ж-6, У-45, Вит.РР-1, На-2577, К-81, Са-38, Мг-12, Р-62, Fe-1	.190/30	Макаронные изделия отварные с зел.горошком	23-70
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	Кисель Валитек	10-56
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-743, Б-35, Ж-30, У-82, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-14, На-3259, К-126, Са-58, Мг-18, Р-93, Fe-1			84-00

5-11 класс			
ЭЦ-421, Б-33, Ж-32, Вит.РР-5, На-668, К-14, Са-18, Мг-2, Р-10	.100	Бифштекс натр. рубленый	63-73
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-4, Вит.РР-1, На-2715, К-141, Са-49, Мг-18, Р-82, Fe-2	.200/41	Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов	27-15
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-935, Б-46, Ж-39, У-99, Вит.С-4, Вит.РР-6, На-3746, К-248, Са-86, Мг-34, Р-148, Fe-3			97-00

Руководитель

Зав.производством