

12 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-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.050/26	Бутерброд (булка формовая)с повидлом	6-92
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	22-06
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, K-505, Ca-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-589, Б-13, Ж-33, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.250/25/10	Суп картоф. с домашней лапшой, с мясом, сметаной	33-30
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, K-79, Ca-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.250	Жаркое по-домашнему	58-54
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.050/23	Бутерброд (булка формовая)с сыром	21-10
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-1596, Б-43, Ж-61, У-190, Вит.А-1, Вит.С-61, Вит.РР-6, Na-1911, K-2074, Ca-499, Mg-140, P-601, Fe-7	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.050/29	Бутерброд (булка формовая)с повидлом	7-22
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	22-06
ЭЦ-182, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-190, K-63, Ca-12, Mg-8, P-48, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	0.075	Булочка Сладостена	10-70
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, K-505, Ca-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, K-108, Ca-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.250/25/10	Суп картоф. с домашней лапшой, с мясом, сметаной	33-30
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, K-121, Ca-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	13-36
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.100	Зразы рубленые	63-35
ЭЦ-458, Б-6, Ж-20, У-64, Вит.РР-1, Na-53, K-105, Ca-20, Mg-11, P-60, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4-20
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.100	Песочная Турбинка	13-81
ЭЦ-2129, Б-56, Ж-77, У-304, Вит.А-2, Вит.С-26, Вит.РР-9, Na-3700, K-1316, Ca-347, Mg-146, P-630, Fe-9	.050	Булка формовая	2-28
			178-00

1-4 класс

ЭЦ-589, Б-13, Ж-33, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.250	Жаркое по-домашнему	58-54
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, K-79, Ca-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/23	Бутерброд (булка формовая)с сыром	21-10
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-959, Б-25, Ж-41, У-93, Вит.С-42, Вит.РР-3, Na-650, K-1234, Ca-269, Mg-75, P-306, Fe-4			84-00

5-11 класс

ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, K-108, Ca-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	13-36
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, K-121, Ca-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100	Зразы рубленые	63-35
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4-20
ЭЦ-458, Б-6, Ж-20, У-64, Вит.РР-1, Na-53, K-105, Ca-20, Mg-11, P-60, Fe-1	.100	Песочная Турбинка	13-81
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	2-28
ЭЦ-1310, Б-33, Ж-52, У-177, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-5, Na-2249, K-413, Ca-105, Mg-73, P-287, Fe-5			97-00

Руководитель

Зав.производством


