

15 Марта 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-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/23	Бутерброд с сыром	19-79
ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, Na-469, K-239, Ca-200, Mg-23, P-149	.200/6	Каша пшеница с маслом	22-66
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-97
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, K-248, Ca-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	19-80
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-274, Б-13, Ж-17, У-18, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2569, K-137, Ca-44, Mg-14, P-49, Fe-1	.086/50	Тефтели с соусом	52-40
ЭЦ-134, Б-1, У-34, K-1, Ca-1	.200	Компот из св. апельсинов	16-48
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,50г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-1637, Б-50, Ж-58, У-230, Вит.А-3, Вит.С-35, Вит.РР-4, Na-5136, K-959, Ca-593, Mg-131, P-593, Fe-5			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/24	Бутерброд с сыром	19-88
ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, Na-469, K-239, Ca-200, Mg-23, P-149	.200/6	Каша пшеница с маслом	22-66
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-97
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-2450, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок	15-60
ЭЦ-316, Б-5, Ж-11, У-49, Вит.РР-1, Na-31, K-60, Ca-13, Mg-7, P-47, Fe-1	.070	Крендель в сахаре	15-11
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, K-310, Ca-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/15/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	27-76
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	13-24
ЭЦ-261, Б-12, Ж-16, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2450, K-130, Ca-42, Mg-13, P-47, Fe-1	.082/50	Тефтели с соусом	50-06
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,50г	Хлеб народный	3-52
ЭЦ-2500, Б-64, Ж-69, У-400, Вит.А-13002, Вит.С-79, Вит.РР-8, Na-7335, K-3558, Ca-844, Mg-222, P-806, Fe-10			178-00

1-4 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-274, Б-13, Ж-17, У-18, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2569, K-137, Ca-44, Mg-14, P-49, Fe-1	.086/50	Тефтели с соусом	52-40
ЭЦ-134, Б-1, У-34, K-1, Ca-1	.200	Компот из св. апельсинов	16-48
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-805, Б-22, Ж-26, У-122, Вит.А-2, Вит.С-8, Вит.РР-3, Na-3521, K-280, Ca-73, Mg-59, P-192, Fe-2			84-00

5-11 класс

ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, K-310, Ca-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/15/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	27-76
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	13-24
ЭЦ-261, Б-12, Ж-16, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2450, K-130, Ca-42, Mg-13, P-47, Fe-1	.082/50	Тефтели с соусом	50-06
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,50г	Хлеб народный	3-52
ЭЦ-929, Б-31, Ж-35, У-123, Вит.А-2, Вит.С-36, Вит.РР-5, Na-6244, K-617, Ca-151, Mg-60, P-219, Fe-5			97-00

Директор Зав. производством 