

18 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-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.1 кус./12	Бутерброд с маслом шоколадным	12-58
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/5	Каша ячневая с маслом	17-02
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	12-80
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-199, Б-7, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1023, К-512, Са-40, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленингр. с мясом. сметан	23-72
ЭЦ-579, Б-25, Ж-36, У-38, Вит.А-20, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-104, К-290, Са-318, Mg-46, P-405, Fe-1	.160/30	Запеканка творожная с молоком сгущ.	75-63
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15/10	Чай пакетированный	6-09
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-28
ЭЦ-1811, Б-65, Ж-79, У-225, Вит.А-21, Вит.В2-1, Вит.С-25, Вит.РР-8, Na-2462, К-2392, Са-922, Mg-320, P-1186, Fe-38			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.1 кус./12	Бутерброд с маслом шоколадным	12-58
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/6	Каша ячневая с маслом	17-32
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	12-80
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-199, Б-7, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1023, К-512, Са-40, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленингр. с мясом. сметан	23-72
ЭЦ-182, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-190, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1	.0.075	Булочка Сладкая	10-70
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	12-43
ЭЦ-326, Б-21, Ж-18, У-21, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-521, К-89, Са-14, Mg-9, P-25	.092	Котлета Рыбная	65-31
ЭЦ-412, Б-5, Ж-16, У-62, Na-88, К-62, Са-15, Mg-7, P-52, Fe-1	.100	Кекс Чайный	14-56
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-28
ЭЦ-2432, Б-70, Ж-87, У-345, Вит.А-2, Вит.С-23, Вит.РР-6, Na-5853, К-1384, Са-481, Mg-129, P-634, Fe-7			178-00

1-4 класс

ЭЦ-579, Б-25, Ж-36, У-38, Вит.А-20, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-104, К-290, Са-318, Mg-46, P-405, Fe-1	.160/30	Запеканка творожная с молоком сгущ.	75-63
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15/10	Чай пакетированный	6-09
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-28
ЭЦ-784, Б-37, Ж-39, У-84, Вит.А-20, Вит.В2-1, Вит.С-5, Вит.РР-5, Na-357, К-1386, Са-536, Mg-238, P-788, Fe-36			84-00

5-11 класс

ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	12-43
ЭЦ-326, Б-21, Ж-18, У-21, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-521, К-89, Са-14, Mg-9, P-25	.092	Котлета Рыбная	65-31
ЭЦ-412, Б-5, Ж-16, У-62, Na-88, К-62, Са-15, Mg-7, P-52, Fe-1	.100	Кекс Чайный	14-56
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-28
ЭЦ-1223, Б-37, Ж-42, У-174, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-3558, К-315, Са-83, Mg-39, P-188, Fe-4			97-00

Руководитель

Зав. производством