

19 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-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-55, Са-11, Mg-7, P-39, Fe-1	.050/20	Бутерброд (булка формовая) с маслом сливочным	18-83
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/10	каша гречневая с маслом сливочным	21-50
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Са-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/15/10	Суп картоф. с крупой, рыбой	27-17
ЭЦ-256, Б-21, Ж-17, У-5, Вит.А-10, Вит.В2-2, Вит.С-38, Вит.РР-10, Na-120, К-367, Са-28, Mg-24, P-360, Fe-8	.073/73	Печень по-строган.	57-02
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Са-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	9-30
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	15-74
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1483, Б-47, Ж-51, У-206, Вит.А-12, Вит.В2-2, Вит.С-60, Вит.РР-14, Na-2746, К-1463, Са-238, Mg-225, P-860, Fe-16			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-55, Са-11, Mg-7, P-39, Fe-1	.050/20	Бутерброд (булка формовая) с маслом сливочным	18-83
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/10	каша гречневая с маслом сливочным	21-50
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-474, Б-8, Ж-17, У-73, Вит.РР-1, Na-46, К-91, Са-19, Mg-11, P-70, Fe-1	.105	Крендель в сахаре	11
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Са-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/15/10	Суп картоф. с крупой, с рыбой	27-17
ЭЦ-274, Б-22, Ж-18, У-6, Вит.А-11, Вит.В2-3, Вит.С-41, Вит.РР-11, Na-128, К-392, Са-30, Mg-26, P-384, Fe-8	.078/78	Печень по-строган.	60-83
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Са-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	9-30
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, К-79, Са-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/25	Бутерброд (булка формовая) с сыром	22-54
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	Чай пакетированный	4-33
ЭЦ-2063, Б-70, Ж-79, У-280, Вит.А-13, Вит.В2-3, Вит.С-65, Вит.РР-20, Na-3046, К-2596, Са-681, Mg-431, P-1425, Fe-51			178

1-4 класс

ЭЦ-256, Б-21, Ж-17, У-5, Вит.А-10, Вит.В2-2, Вит.С-38, Вит.РР-10, Na-120, К-367, Са-28, Mg-24, P-360, Fe-8	.073/73	Печень по-строган.	57-02
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Са-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	9-30
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	15-74
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-763, Б-29, Ж-26, У-103, Вит.А-11, Вит.В2-2, Вит.С-42, Вит.РР-11, Na-1078, К-579, Са-65, Mg-74, P-510, Fe-10			84

5-11 класс

ЭЦ-274, Б-22, Ж-18, У-6, Вит.А-11, Вит.В2-3, Вит.С-41, Вит.РР-11, Na-128, К-392, Са-30, Mg-26, P-384, Fe-8	.078/78	Печень по-строган.	60-83
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Са-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	9-30
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, К-79, Са-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/25	Бутерброд (булка формовая) с сыром	22-54
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	Чай пакетированный	4-33
ЭЦ-869, Б-44, Ж-37, У-104, Вит.А-12, Вит.В2-3, Вит.С-47, Вит.РР-16, Na-1332, К-1621, Са-489, Mg-269, P-1005, Fe-44			97

Руководитель

Зав. производством