

14 Апреля 2021 г.

Меню школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость в питания
--	-------	--------------------	---------------------

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	11-04
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	18-38
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-131, Б-2, Ж-8, У-12, Вит.А-2, Вит.С-18, Вит.РР-1, Na-1212, K-407, Ca-40, Mg-26, P-61, Fe-1	.250/20/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	34-38
ЭЦ-247, Б-14, Ж-18, У-6, Вит.С-1, Na-1572, K-41, Ca-31, Mg-7, P-40	.067/5	Суфле Рыбка	51-18
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, Na-1667, K-976, Ca-76, Mg-53, P-156, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре с зеленым горошком	21-30
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-58
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1433, Б-45, Ж-51, У-195, Вит.А-2, Вит.С-64, Вит.РР-3, Na-5500, K-1883, Ca-327, Mg-128, P-514, Fe-6			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	11-04
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/11	Каша пшеничная с маслом сливочным	19-09
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-270, Б-6, Ж-10, У-37, Вит.С-10, Вит.РР-1, Na-60, K-354, Ca-22, Mg-20, P-86, Fe-1	.100	Шаньга Домашняя с картофелем	10-29
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,5г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-131, Б-2, Ж-8, У-12, Вит.А-2, Вит.С-18, Вит.РР-1, Na-1212, K-407, Ca-40, Mg-26, P-61, Fe-1	.250/20/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	34-38
ЭЦ-392, Б-17, Ж-28, У-6, Вит.С-2, Na-1639, K-41, Ca-26, Mg-4, P-27	.070/5	Шницель рубленый Дружба	63-64
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, K-509, Ca-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	10-15
ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, K-301, Ca-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	9-93
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-58
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-1912, Б-56, Ж-71, У-247, Вит.А-2, Вит.С-121, Вит.РР-4, Na-4968, K-2105, Ca-382, Mg-145, P-573, Fe-7			178

1-4 класс

ЭЦ-247, Б-14, Ж-18, У-6, Вит.С-1, Na-1572, K-41, Ca-31, Mg-7, P-40	.067/5	Суфле Рыбка	51-18
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, Na-1667, K-976, Ca-76, Mg-53, P-156, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре с зеленым горошком	21-30
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-58
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-678, Б-23, Ж-25, У-88, Вит.С-45, Вит.РР-2, Na-3432, K-1178, Ca-122, Mg-69, P-225, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-392, Б-17, Ж-28, У-6, Вит.С-2, Na-1639, K-41, Ca-26, Mg-4, P-27	.070/5	Шницель рубленый Дружба	63-64
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, K-509, Ca-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	10-15
ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, K-301, Ca-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	9-93
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-58
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76

Утвердить

Заведующий МО

Оригинал

97