

14 Мая 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-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	.200/8	Каша манная с маслом	20-95
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-435, Б-11, Ж-24, У-44, Вит.РР-1, Na-100, K-104, Ca-74, Mg-16, P-135, Fe-1	.105	Ватрушка Лакомка	12-55
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, K-545, Ca-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/25/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	30-12
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, K-221, Ca-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/21	Запеканка творожная с мол. сгущенным	67
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, K-73, Ca-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе растворимый с молоком	15-06
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1841, Б-58, Ж-84, У-216, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-20, Вит.РР-6, Na-2222, K-1272, Ca-590, Mg-135, P-848, Fe-6			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	.200/5	Каша манная с маслом	17-96
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-435, Б-11, Ж-24, У-44, Вит.РР-1, Na-100, K-104, Ca-74, Mg-16, P-135, Fe-1	.105	Ватрушка Лакомка	12-55
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт.	Шоколад	14-40
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, K-545, Ca-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/25/8	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	29-71
ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, K-88, Ca-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	8-14
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	.054	Котлета натуральная из филе птицы	55-27
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	13-69
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-1995, Б-46, Ж-82, У-269, Вит.А-2, Вит.С-37, Вит.РР-6, Na-3542, K-1225, Ca-528, Mg-152, P-709, Fe-8	.31,25/20	Бутерброд с сыром	17-40
			178

1-4 класс

ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, K-221, Ca-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/21	Запеканка творожная с мол. сгущенным	67
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, K-73, Ca-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе растворимый с молоком	15-06
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-686, Б-28, Ж-36, У-63, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-286, K-328, Ca-321, Mg-51, P-419, Fe-1			84

5-11 класс

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, K-88, Ca-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	8-14
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	.054	Котлета натуральная из филе птицы	55-27
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	13-69
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-612, Б-14, Ж-21, У-91, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-1, Na-1606, K-281, Ca-259, Mg-68, P-280, Fe-3	.31,25/20	Бутерброд с сыром	17-40
			97

Руководитель

Зав. производством