

17 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-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, Р-134, Fe-1	.31,25/30	Бутерброд с сыром	25-12
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, На-470, К-241, Са-202, Mg-23, Р-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	21-79
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-585, К-277, Са-43, Mg-20, Р-65, Fe-1	.200/19/10	Щи из св. капусты с цыпленком, сметаной	18-83
ЭЦ-285, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.С-8, Вит.РР-2, На-586, К-359, Са-25, Mg-149, Р-223, Fe-5	.150/30	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. помидоров	22-12
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, На-3, К-72, Са-5, Mg-5, Р-13	.060/60	Гуляш	51-78
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1674, Б-47, Ж-70, У-179, Вит.А-1, Вит.С-66, Вит.РР-8, На-2371, К-1102, Са-502, Mg-227, Р-641, Fe-8			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, Р-134, Fe-1	.31,25/30	Бутерброд с сыром	25-12
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, На-470, К-241, Са-202, Mg-23, Р-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	21-79
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-423, Б-6, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, На-36, К-96, Са-42, Mg-10, Р-68, Fe-1	.105	Пирог к чаю	15-43
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт.	Шоколад	14-40
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-585, К-277, Са-43, Mg-20, Р-65, Fe-1	.200/19/10	Щи из св. капусты с цыпленком, сметаной	18-83
ЭЦ-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, На-3, К-60, Са-4, Mg-4, Р-11	.050/50	Гуляш	43-15
ЭЦ-301, Б-10, Ж-7, У-48, Вит.С-3, Вит.РР-2, На-625, К-336, Са-29, Mg-157, Р-243, Fe-5	.160/30	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	23-16
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-2345, Б-57, Ж-96, У-280, Вит.А-1, Вит.С-60, Вит.РР-9, На-2627, К-1197, Са-554, Mg-249, Р-751, Fe-9			178

1-4 класс

ЭЦ-285, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.С-8, Вит.РР-2, На-586, К-359, Са-25, Mg-149, Р-223, Fe-5	.150/30	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. помидоров	22-12
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, На-3, К-72, Са-5, Mg-5, Р-13	.060/60	Гуляш	51-78
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-897, Б-23, Ж-41, У-77, Вит.С-40, Вит.РР-6, На-770, К-465, Са-37, Mg-159, Р-260, Fe-5			84

5-11 класс

ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-585, К-277, Са-43, Mg-20, Р-65, Fe-1	.200/19/10	Щи из св. капусты с цыпленком, сметаной	18-83
ЭЦ-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, На-3, К-60, Са-4, Mg-4, Р-11	.050/50	Гуляш	43-15
ЭЦ-301, Б-10, Ж-7, У-48, Вит.С-3, Вит.РР-2, На-625, К-336, Са-29, Mg-157, Р-243, Fe-5	.160/30	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	23-16
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94

Руководитель:

Зав. производством:


