

29 Сентября 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	.200/5	Каша манная с маслом	18-55
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-34
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	14-28
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/15/10	Суп картоф. с крупой, рыбой	22-83
ЭЦ-593, Б-26, Ж-38, У-35, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-90, K-251, Ca-288, Mg-44, P-397, Fe-1	.170/20	Запеканка творожная с мол. сгущенным	76-12
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-94
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1519, Б-49, Ж-70, У-173, Вит.А-10, Вит.В2-1, Вит.С-21, Вит.РР-3, Na-1978, K-1241, Ca-646, Mg-128, P-785, Fe-4			

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	.200/9	Каша манная с маслом	21-76
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-94
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-34
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-2450, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	18-96
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/10/15	Суп картоф. с крупой, рыбой	20
ЭЦ-245, Б-4, Ж-7, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-609, K-85, Ca-17, Mg-31, P-94, Fe-1	.158	Рис припущенный с овощами	10-79
	.060/5	Котлета натуральная из филе птицы с маслом сл	67-93
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-58
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/17	Бутерброд с сыром	15-70
ЭЦ-1710, Б-34, Ж-40, У-297, Вит.А-13001, Вит.С-60, Вит.РР-5, Na-2651, K-3429, Ca-661, Mg-216, P-690, Fe-8			178

1-4 класс

ЭЦ-593, Б-26, Ж-38, У-35, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-90, K-251, Ca-288, Mg-44, P-397, Fe-1	.170/20	Запеканка творожная с мол. сгущенным	76-12
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-94
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-765, Б-31, Ж-40, У-70, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-297, K-383, Ca-360, Mg-60, P-474, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-245, Б-4, Ж-7, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-609, K-85, Ca-17, Mg-31, P-94, Fe-1	.158	Рис припущенный с овощами	10-79
	.060/5	Котлета натуральная из филе птицы с маслом сл	67-93
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-58
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/17	Бутерброд с сыром	15-70
ЭЦ-469, Б-12, Ж-13, У-75, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-974, K-170, Ca-230, Mg-51, P-236, Fe-3			97

Руководитель

Зав.производством