

05 Октября 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-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, Р-91	.200/8	Каша ячневая с маслом сливочным	15-47
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, Р-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Какао с молоком	14-28
ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, На-819, К-411, Са-33, Mg-23, Р-67, Fe-1	.200/10/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	26-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, Р-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, На-2712, К-85, Са-39, Mg-12, Р-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	12-65
ЭЦ-292, Б-18, Ж-23, У-2, Вит.С-1, Вит.РР-4, На-86, К-351, Са-37, Mg-29, Р-188, Fe-1	.090/6	Биточки по-белорусски	62-42
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	6-99
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1611, Б-49, Ж-61, У-216, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-7, На-4848, К-1304, Са-388, Mg-117, Р-609, Fe-5			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, Р-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	17-12
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, Р-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-16
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Какао с молоком	14-28
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, Р-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-1024, К-513, Са-41, Mg-29, Р-83, Fe-1	.250/10/15	Рассольник Ленин. мясом, сметан	31-56
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-806, К-509, Са-35, Mg-22, Р-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	11-29
ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, На-21, К-301, Са-72, Mg-26, Р-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	12-65
ЭЦ-210, Б-10, Ж-19, Вит.РР-2, На-1350, К-274, Са-23, Mg-20, Р-166, Fe-2	.080	Колбаса отварная	52-72
ЭЦ-278, Б-5, Ж-8, У-47, На-27, К-88, Са-37, Mg-10, Р-64, Fe-1	.080	Манник	11-41
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	6-99
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1745, Б-45, Ж-67, У-245, Вит.А-1, Вит.С-102, Вит.РР-6, На-4459, К-2142, Са-487, Mg-160, Р-719, Fe-8			178

1-4 класс

ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, На-2712, К-85, Са-39, Mg-12, Р-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	12-65
ЭЦ-292, Б-18, Ж-23, У-2, Вит.С-1, Вит.РР-4, На-86, К-351, Са-37, Mg-29, Р-188, Fe-1	.090/6	Биточки по-белорусски	62-42
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	6-99
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-716, Б-28, Ж-30, У-82, Вит.С-1, Вит.РР-5, На-2980, К-495, Са-88, Mg-50, Р-286, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-806, К-509, Са-35, Mg-22, Р-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	11-29
ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, На-21, К-301, Са-72, Mg-26, Р-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	12-65
ЭЦ-210, Б-10, Ж-19, Вит.РР-2, На-1350, К-274, Са-23, Mg-20, Р-166, Fe-2	.080	Колбаса отварная	52-72
ЭЦ-278, Б-5, Ж-8, У-47, На-27, К-88, Са-37, Mg-10, Р-64, Fe-1	.080	Манник	11-41
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	6-99
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-820, Б-23, Ж-34, У-107, Вит.С-83, Вит.РР-4, На-2386, К-1231, Са-179, Mg-87, Р-380, Fe-6			97

Руководитель

Зав. производством