

11 Октября 2021 г.

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшенная с маслом сливочным №302 таб 4	18-39
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/15	Бутерброд с сыром № 3,	14-45
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком № 630	5-94
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Ca-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/25/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	27-70
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный	3-52
ЭЦ-290, Б-10, Ж-7, У-46, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-691, К-302, Ca-26, Mg-149, P-233, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с зеленым горошком стр. 246, 2004 г.	21-52
ЭЦ-201, Б-11, Ж-11, У-14, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-2246, К-58, Ca-29, Mg-7, P-23	.065/50	Котлета мясная с соусом	41-76
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	18-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	1-76
ЭЦ-2060, Б-59, Ж-52, У-334, Вит.А-13001, Вит.С-68, Вит.РР-9, Na-5330, К-3606, Ca-729, Mg-341, P-873, Fe-12			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/15	Бутерброд с сыром № 3,	14-45
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/9	Каша пшенная с маслом сливочным №302 таб 4	17-99
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, Na-44, К-86, Ca-18, Mg-11, P-67, Fe-1	.100	Крендель в сахаре	11-40
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком № 630	5-94
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Ca-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/25/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	27-70
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный 2 кус.	3-52
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Ca-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200/30	Рис припущенный с овощам, зеленым горошком	25-61
ЭЦ-583, Б-12, Ж-41, У-5, Na-1689, К-9, Ca-17, Mg-2, P-9	.080	Бифштекс Школьный № 47	59-71
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт № 81	8-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный 2 кус.	3-52
ЭЦ-2484, Б-60, Ж-101, У-300, Вит.А-2, Вит.С-53, Вит.РР-10, Na-5058, К-1032, Ca-538, Mg-143, P-655, Fe-8			178

1-4 класс

ЭЦ-290, Б-10, Ж-7, У-46, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-691, К-302, Ca-26, Mg-149, P-233, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с зеленым горошком стр. 246, 2004 г.	21-52
ЭЦ-201, Б-11, Ж-11, У-14, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-2246, К-58, Ca-29, Mg-7, P-23	.065/50	Котлета мясная с соусом	41-76
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	18-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	1-76
ЭЦ-1127, Б-29, Ж-18, У-205, Вит.А-13000, Вит.С-45, Вит.РР-6, Na-3138, К-2844, Ca-262, Mg-261, P-460, Fe-7			84

5-11 класс

ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Ca-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200/30	Рис припущенный с овощам, зеленым горошком	25-61
ЭЦ-583, Б-12, Ж-41, У-5, Na-1689, К-9, Ca-17, Mg-2, P-9	.080	Бифштекс Школьный № 47	59-71
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт № 81	8-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный 2 кус.	3-52

Руководитель
Зав.производством



