

13 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-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное №337,	11-04
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом сборник 2004г.	24-30
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром № 685	2-60
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая стр.46	1-43
ЭЦ-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, Na-828, К-436, Са-35, Mg-25, P-88, Fe-1	.200/20/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	28-69
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/25	Запеканка творожная с мол. сгущеным № 366,	69-34
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофейный напиток с молоком	12-72
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	3-88
ЭЦ-1439, Б-48, Ж-63, У-170, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-17, Вит.РР-5, Na-1937, К-1106, Са-528, Mg-131, P-801, Fe-6			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное №337,	11-04
ЭЦ-333, Б-7, Ж-13, У-47, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-488, К-213, Са-142, Mg-40, P-176, Fe-1	.220/11	Каша рисовая с маслом сборник 2004г.	27-03
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром № 685	2-60
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая стр.46	1-43
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	4-67
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, К-545, Са-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/25/15	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	36-96
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая № 246	16-86
ЭЦ-504, Б-12, Ж-34, У-8, Na-1448, К-3, Са-15, Mg-1, P-7	.070/30	Шницель н-р с соусом	54-57
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	.0.200	Сок Фруктовый 1кор	18-96
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	3-88
ЭЦ-2327, Б-55, Ж-75, У-324, Вит.А-13001, Вит.С-67, Вит.РР-8, Na-4720, К-3781, Са-494, Mg-374, P-900, Fe-13			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, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/25	Запеканка творожная с мол. сгущеным № 366,	69-34
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофейный напиток с молоком	12-72
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-686, Б-28, Ж-36, У-63, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-286, К-328, Са-321, Mg-51, P-419, Fe-1			84

5-11 класс

ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	4-67
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая № 246	16-86
ЭЦ-504, Б-12, Ж-34, У-8, Na-1448, К-3, Са-15, Mg-1, P-7	.070/30	Шницель н-р с соусом	54-57
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	.0.200	Сок Фруктовый 1 кор.	18-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-1506, Б-32, Ж-44, У-209, Вит.А-13000, Вит.С-49, Вит.РР-4, Na-2818, К-2874, Са-267, Mg-284, P-480, Fe-8			97

Руководитель

Зав.производством

