

19 Октября 2021 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, Na-469, K-239, Ca-200, Mg-23, P-149	.200/10	Каша пшеничная с маслом	22-70
ЭЦ-167, Б-6, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/17	Бутерброд с сыром	16-12
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, K-266, Ca-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/10/14	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	28-58
ЭЦ-42, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-12, Na-674, K-78, Ca-26, Mg-8, P-14	.078	Салат из свежей капусты	6-37
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, K-282, Ca-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	70-28
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/10	Чай с сахаром, лимоном	5-41
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1882, Б-45, Ж-84, У-201, Вит.А-8, Вит.С-29,			154
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, Na-469, K-239, Ca-200, Mg-23, P-149	.200/6	Каша пшеничная с маслом	18-57
ЭЦ-167, Б-6, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/17	Бутерброд с сыром	15-29
ЭЦ-550, Б-6, 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-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, K-266, Ca-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/10/12	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	28-18
ЭЦ-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1673, K-1019, Ca-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	22-58
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, K-282, Ca-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.066	Шницель рыбный натуральный	45-33
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4-52
ЭЦ-518, Б-6, Ж-33, У-53, Na-60, K-66, Ca-32, Mg-7, P-51, Fe-1	.100	Пирожное Черемушка	22-63
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-2287, Б-54, Ж-79, У-333, Вит.А-13001,			178
1-4 класс			
ЭЦ-42, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-12, Na-674, K-78, Ca-26, Mg-8, P-14	.0786	Салат из свежей капусты	6-37
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, K-282, Ca-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	70-28
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/10	Чай с сахаром, лимоном	5-41
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1138, Б-21, Ж-56, У-102, Вит.А-7, Вит.С-18,			84
5-11 класс			
ЭЦ-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1673, K-1019, Ca-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	22-58
ЭЦ-182, Б-13, Ж-11, У-7, Вит.С-1, Na-6, K-29, Ca-10, Mg-2, P-14	.066	Шницель рыбный натуральный	45-33
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4-52
ЭЦ-518, Б-6, Ж-33, У-53, Na-60, K-66, Ca-32, Mg-7, P-51, Fe-1	.100	Пирожное Черемушка	22-63
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1050, Б-25, Ж-51, У-122, Вит.С-36, Вит.РР-			97

Руководитель

Зав.производством