

20 Октября 2021 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость
			ь питания
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-31, Na-262, К-123, Са-43, Mg-14, P-87, Fe-1, ЭЦ-86, Б-2, Ж-8, У-48, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-411, Са-33, Mg-23, P-67, Fe-1, ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2, ЭЦ-190, Б-2, Ж-17, У-1, Na-5/6, К-157, Са-25, Mg-14, P-114, Fe-1, ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1, ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.200/10 .100 .200 .200/10/10 .2к/62,5г .118 .070 .0.200 .1к/31,25г	каша гречневая с маслом сливочным Ватрушка со сметаной Чай с молоком Рассольник Ленин. мясом, сметан Хлеб витаминный Омлет натуральный с маслом Сосиска отварная Компот из яблок Хлеб витаминный	22-35 12-42 5-96 25-39 3-88 25-17 47-52 9-37 1-94
ЭЦ-1637, Б-50, Ж-65, У-213, Вит.А-1, Вит.С-23,			154
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-31, Na-262, К-123, Са-43, Mg-14, P-87, Fe-1, ЭЦ-86, Б-2, Ж-8, У-48, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-411, Са-33, Mg-23, P-67, Fe-1, ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2, ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25, ЭЦ-284, Б-5, Ж-8, У-48, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-1, Na-697, К-148, Са-27, Mg-41, P-122, Fe-1, ЭЦ-247, Б-18, Ж-18, У-4, Вит.Р-3, Na-144, К-8, Са-15, Mg-2, P-8, ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24, ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45, ЭЦ-1963, Б-57, Ж-74, У-267, Вит.А-2, Вит.С-22,	.200/5 .100 .200 .200/10/10 .2к/62,5г .1шт. .180/50 .071/5 .1к/31,25г .200	каша гречневая с маслом сливочным Ватрушка со сметаной Чай с молоком Рассольник Ленин. мясом, сметан Хлеб витаминный Шоколад "Аленка" Рис припущенный с овощами с Биштекс Школьный Хлеб витаминный Кофе растворимый с молоком	15-47 12-42 5-96 25-39 3-88 17-88 25-69 56-65 1-94 12-72
ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2, ЭЦ-190, Б-2, Ж-17, У-1, Na-5/6, К-157, Са-25, Mg-14, P-114, Fe-1, ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1, ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.118 .070 .0.200 .1к/31,25г	Омлет натуральный с маслом Сосиска отварная Компот из яблок Хлеб витаминный	25-17 47-52 9-37 1-94
ЭЦ-596, Б-23, Ж-32, У-55, Вит.С-7, Na-1078, К-			84
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-284, Б-5, Ж-8, У-48, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-1, Na-697, К-148, Са-27, Mg-41, P-122, Fe-1, ЭЦ-247, Б-18, Ж-18, У-4, Вит.Р-3, Na-144, К-8, Са-15, Mg-2, P-8, ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24, ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45, ЭЦ-694, Б-28, Ж-28, У-84, Вит.А-1, Вит.С-6,	.180/50 .071/5 .1к/31,25г .200	Рис припущенный с овощами с Биштекс Школьный Хлеб витаминный 1 кус. Кофе растворимый с молоком № 689	25-69 56-65 1-94 12-72
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-284, Б-5, Ж-8, У-48, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-1, Na-697, К-148, Са-27, Mg-41, P-122, Fe-1, ЭЦ-247, Б-18, Ж-18, У-4, Вит.Р-3, Na-144, К-8, Са-15, Mg-2, P-8, ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24, ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45, ЭЦ-694, Б-28, Ж-28, У-84, Вит.А-1, Вит.С-6,			97

Руководитель

Зав. производством

