

21 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-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/9	Каша рисовая с маслом	23-73
ЭЦ-179, Б-6, Ж-8, У-25, Вит.РР-1, Na-189, K-62, Ca-12, Mg-8, P-47, Fe-1	.075	Слойка с яблоком	18-99
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-1, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-585, K-277, Ca-43, Mg-20, P-65, Fe-1	.200/20/10	Щи из св. капусты с цыпленком,	20-80
ЭЦ-253, Б-6, Ж-8, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, K-11, Ca-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	12-65
ЭЦ-208, Б-17, Ж-16, Вит.РР-2, Na-329, Ca-3, P-1	.050/5	Бифштекс нат. руб. с маслом	55-62
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-10, Ca-9, Mg-5, P-1, Fe-1	.200	Компот из груш	13-79
ЭЦ-112, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-61, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-1498, Б-47, Ж-49, У-218, Вит.А-1, Вит.С-27,			154
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	Каша рисовая с маслом	20-46
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-179, Б-6, Ж-8, У-25, Вит.РР-1, Na-189, K-62, Ca-12, Mg-8, P-47, Fe-1	.075	Слойка с яблоком	18-99
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт.	Шоколад "Аленка"	17-88
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-1, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-585, K-277, Ca-43, Mg-20, P-65, Fe-1	.200/14/10	Щи из св. капусты с цыпленком,	17-19
ЭЦ-208, Б-17, Ж-16, Вит.РР-2, Na-329, Ca-3, P-1	.150/44	Каши гречневая рассыпчатая с лечо	26-91
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-10, Ca-9, Mg-5, P-1, Fe-1	.067/50	Колбаса отварная с соусом	49-19
ЭЦ-350, Б-6, Ж-1, У-121, 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-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-61, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-2244, Б-48, Ж-73, У-343, Вит.А-13001,			178
1-4 класс			
ЭЦ-253, Б-6, Ж-8, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, K-11, Ca-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	12-65
ЭЦ-208, Б-17, Ж-16, Вит.РР-2, Na-329, Ca-3, P-1	.050/5	Бифштекс нат. руб. с маслом	55-62
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-10, Ca-9, Mg-5, P-1, Fe-1	.200	Компот из груш	13-79
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-657, Б-26, Ж-22, У-89, Вит.С-2, Вит.РР-3,			84
5-11 класс			
ЭЦ-353, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, K-255, Ca-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/44	Каши гречневая рассыпчатая с лечо	26-91
ЭЦ-208, Б-17, Ж-16, У-3, Вит.С-2, Na-118, K-36, Ca-5, Mg-3, P-7	.067/50	Колбаса отварная с соусом	49-19
ЭЦ-350, Б-6, Ж-1, У-121, 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-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1175, Б-25, Ж-33, У-189, Вит.А-13000,			97

Руководитель

Зав. производством

