

22 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-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	11-04
ЭЦ-301, Б-1, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/5	Каша манная с маслом	18-22
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, K-1042, Ca-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-65
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая с	2-38
ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, K-375, Ca-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/15/7	Суп картоф. с крупой, с рыбой	22
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.150/15	Запеканка творожная с мол.	65-60
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-42
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-1771, Б-63, Ж-77, У-222, Вит.А-9, Вит.В2-1,			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	11-04
ЭЦ-301, Б-1, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	22-36
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-63
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, K-1042, Ca-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-65
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/15/10	Суп картоф. с крупой, с рыбой	24-44
ЭЦ-267, Б-14, Ж-18, У-26, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2689, K-143, Ca-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	44-92
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, K-917, Ca-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	20-32
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/30	Бутерброд с сыром	25-17
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, K-1042, Ca-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-65
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-1684, Б-71, Ж-66, У-229, Вит.А-2, Вит.С-63,			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, K-221, Ca-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/15	Запеканка творожная с мол.	65-60
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-42
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-38
ЭЦ-898, Б-30, Ж-44, У-95, Вит.А-8, Вит.В2-1,			84

5-11 класс

ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-26, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2689, K-143, Ca-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	44-92
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, K-917, Ca-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	20-32
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/30	Бутерброд с сыром	25-17
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, K-1042, Ca-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-65
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-784, Б-37, Ж-33, У-99, Вит.А-1, Вит.С-41,			97

Руководитель

Зав.производством