

10 Ноября 2021 г.

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	18-13
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	17-95
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-90
ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, К-100, Са-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	8-45
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-332, Са-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	26-08
ЭЦ-242, Б-11, Ж-18, У-8, Вит.РР-4, Na-73, К-110, Са-11, Mg-10, P-93, Fe-1	.060/10	Котлета из филе цыпленка бр. с маслом	47-24
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	20-68
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15/7	Чай пакетированный с лимоном	5-69
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	3-88
ЭЦ-1457, Б-55, Ж-60, У-192, Вит.А-2, Вит.С-64, Вит.РР-12, Na-4115, К-2929, Са-764, Mg-322, P-987, Fe-42			154

1-4 класс

ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, К-100, Са-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	8-45
ЭЦ-242, Б-11, Ж-18, У-8, Вит.РР-4, Na-73, К-110, Са-11, Mg-10, P-93, Fe-1	.060/10	Котлета из филе цыпленка бр. с маслом	47-24
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	20-68
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15/7	Чай пакетированный с лимоном	5-69
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-625, Б-27, Ж-30, У-75, Вит.А-1, Вит.С-50, Вит.РР-9, Na-2504, К-2203, Са-323, Mg-250, P-600, Fe-37			84

Руководитель

Зав. производством