

25 Ноября 2021 г.

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-301, Б-7, 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-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, K-84, Ca-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом	19-73
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-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, K-391, Ca-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/15/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	21-43
ЭЦ-276, Б-15, Ж-21, У-7, Вит.С-1, Na-1759, K-46, Ca-35, Mg-8, P-45, Fe-1	.075/5	Суфле Рыбка	48-57
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, K-764, Ca-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	16-93
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-70, Ca-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	16-12
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-1637, Б-46, Ж-59, У-230, Вит.А-1, Вит.С-51, Вит.РР-8, Na-5273, K-1704, Ca-331, Mg-128, P-523, Fe-10			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/17	Бутерброд с сыром	15-14
ЭЦ-301, Б-7, 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-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-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, K-391, Ca-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/15/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	21-43
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, K-84, Ca-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом	19-73
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	14-06
ЭЦ-307, Б-19, Ж-23, У-5, Вит.РР-8, Na-103, K-204, Ca-54, Mg-23, P-196, Fe-2	0.087/5	Суфле из филе птицы	54-26
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	8-86
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-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт.	Шоколад Аленка	17-88
ЭЦ-2150, Б-63, Ж-80, У-292, Вит.А-1, Вит.С-29, Вит.РР-14, Na-5435, K-1280, Ca-540, Mg-135, P-760, Fe-11			178

1-4 класс

ЭЦ-276, Б-15, Ж-21, У-7, Вит.С-1, Na-1759, K-46, Ca-35, Mg-8, P-45, Fe-1	.075/5	Суфле Рыбка	48-57
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, K-764, Ca-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	16-93
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-70, Ca-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	16-12
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-689, Б-22, Ж-28, У-86, Вит.С-29, Вит.РР-3, Na-3210, K-934, Ca-107, Mg-53, P-188, Fe-4			84

5-11 класс

ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	14-06
ЭЦ-307, Б-19, Ж-23, У-5, Вит.РР-8, Na-103, K-204, Ca-54, Mg-23, P-196, Fe-2	0.087/5	Суфле из филе птицы	54-26
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	8-86
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-1035, Б-31, Ж-43, У-129, Вит.С-7, Вит.РР-9, Na-3008, K-450, Ca-108, Mg-44, P-291, Fe-4			97

Руководитель

Зав. производством

