

23 Декабря 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, На-438, К-203, Са-132, Мг-22, Р-129, Fe-1	.200/9	Каша манная с маслом	17-29
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, На-259, К-84, Са-16, Мг-10, Р-63, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом	20-08
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-178, Б-8, Ж-10, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-795, К-375, Са-20, Мг-20, Р-51, Fe-1	.200/28/10	Суп картоф. с крупой (конс. масло рас.)	26-12
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Мг-11, Р-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	12-65
ЭЦ-279, Б-23, Ж-21, Вит.РР-3, На-440, Са-4, Р-1	.067	Бифитекс нат. руб.	50-86
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Компот из св. мандаринов	18-55
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Мг-10, Р-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-1678, Б-59, Ж-56, У-235, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-8, На-4917, К-866, Са-236, Мг-82, Р-382, Fe-6			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, К-203, Са-132, Мг-22, Р-129, Fe-1	.200/7	Каша манная с маслом	15-26
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, На-259, К-84, Са-16, Мг-10, Р-63, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом №	20-08
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-133, Б-34, К-1, Са-5, Мг-2, Р-2	.1шт	Конфеты "Ух-ты"	9-98
ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-993, К-469, Са-25, Мг-26, Р-64, Fe-1	.250/30/10	Суп картоф. с крупой (конс. масло рас.)	29-17
ЭЦ-404, Б-21, Ж-20, У-34, Вит.С-45, Вит.РР-5, На-56, К-1184, Са-29, Мг-52, Р-127, Fe-2	.054/200	Жаркое по-домашнему	67-78
ЭЦ-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, На-405, К-109, Са-24, Мг-13, Р-87, Fe-1	.080	Слойка Уральская	24-65
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Мг-10, Р-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-2103, Б-95, Ж-70, У-271, Вит.А-1, Вит.С-63, Вит.РР-10, На-2696, К-2201, Са-263, Мг-148, Р-559, Fe-9			178

1-4 класс

ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Мг-11, Р-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	12-65
ЭЦ-279, Б-23, Ж-21, Вит.РР-3, На-440, Са-4, Р-1	.067	Бифитекс нат. руб.	50-86
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Компот из св. мандаринов	18-55
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-731, Б-32, Ж-27, У-91, Вит.РР-4, На-3062, К-112, Са-48, Мг-16, Р-84, Fe-1			84

5-11 класс

ЭЦ-404, Б-21, Ж-20, У-34, Вит.С-45, Вит.РР-5, На-56, К-1184, Са-29, Мг-52, Р-127, Fe-2	.054/200	Жаркое по-домашнему	67-78
ЭЦ-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, На-405, К-109, Са-24, Мг-13, Р-87, Fe-1	.080	Слойка Уральская	24-65
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-978, Б-32, Ж-39, У-124, Вит.С-45, Вит.РР-6, На-643, К-1352, Са-65, Мг-74, Р-246, Fe-4			97

Руководитель

Зав. производством