

10 Января 2022 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-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, На-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/9	Каша ячневая с маслом	21-34
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	10-51
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	8-15
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/15/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	28
ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-579, К-81, Са-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150/20	Рис припущенный с овощами с огури.конс.	17-26
ЭЦ-221, Б-18, Ж-17, Вит.РР-3, На-348, Са-3, P-1	.053/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	56-58
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный	4
ЭЦ-1447, Б-50, Ж-62, У-175, Вит.А-1, Вит.С-62, Вит.РР-10, На-2728, К-884, Са-415, Mg-104, P-456, Fe-3			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, На-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	24-81
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	8-15
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	10-51
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/23/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	35-53
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/20	Рис припущенный с овощами с огури.конс.	19-62
ЭЦ-263, Б-21, Ж-20, Вит.РР-3, На-414, Са-4, P-1	.063/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	67-22
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный	4
ЭЦ-1536, Б-54, Ж-67, У-183, Вит.А-2, Вит.С-63, Вит.РР-10, На-2909, К-900, Са-419, Mg-110, P-474, Fe-3			178

1-4 класс

ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-579, К-81, Са-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150/20	Рис припущенный с овощами с огури.конс.	17-26
ЭЦ-221, Б-18, Ж-17, Вит.РР-3, На-348, Са-3, P-1	.053/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	56-58
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-574, Б-25, Ж-23, У-66, Вит.С-29, Вит.РР-8, На-1108, К-115, Са-26, Mg-35, P-114, Fe-1			84

5-11 класс

ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/20	Рис припущенный с овощами с огури.конс.	19-62
ЭЦ-263, Б-21, Ж-20, Вит.РР-3, На-414, Са-4, P-1	.063/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	67-22
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-663, Б-29, Ж-28, У-74, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-8, На-1289, К-131, Са-30, Mg-41, P-132, Fe-1			97

Руководитель

Зав.производством