

24 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-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом	18-69
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-39
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	14-66
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, K-60, Ca-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	7-08
ЭЦ-174, Б-7, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-492, K-294, Ca-25, Mg-17, P-63, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	28-26
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, K-272, Ca-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	16-03
ЭЦ-624, Б-17, Ж-27, У-58, Na-823, K-3, Ca-9, Mg-1, P-5	.053/50	Шницель н-р с соусом	50-73
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, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный	4
ЭЦ-1899, Б-54, Ж-70, У-248, Вит.А-1, Вит.С-48, Вит.РР-8, Na-3392, K-979, Ca-286, Mg-208, P-513, Fe-8			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом	22-83
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-39
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	14-66
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-27, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, K-50, Ca-17, Mg-5, P-9	.050	Салат из свежей капусты	5-90
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	35-12
ЭЦ-299, Б-10, Ж-7, У-48, Вит.РР-2, Na-626, K-292, Ca-22, Mg-154, P-231, Fe-5	.161	Каша гречневая рассыпчатая	17-21
ЭЦ-442, Б-9, Ж-32, У-3, Вит.С-5, Na-1167, K-95, Ca-20, Mg-7, P-20	.065	Поджарка	52-93
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-2450, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	18-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-2292, Б-53, Ж-76, У-321, Вит.А-13001, Вит.С-67, Вит.РР-6, Na-3844, K-3606, Ca-501, Mg-328, P-739, Fe-9			178

1-4 класс

ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, K-60, Ca-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	7-08
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, K-272, Ca-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	16-03
ЭЦ-624, Б-17, Ж-27, У-58, Na-823, K-3, Ca-9, Mg-1, P-5	.053/50	Шницель н-р с соусом	50-73
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-1054, Б-30, Ж-36, У-132, Вит.С-37, Вит.РР-5, Na-2056, K-369, Ca-56, Mg-155, P-255, Fe-5			84

5-11 класс

ЭЦ-27, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, K-50, Ca-17, Mg-5, P-9	.050	Салат из свежей капусты	5-90
ЭЦ-299, Б-10, Ж-7, У-48, Вит.РР-2, Na-626, K-292, Ca-22, Mg-154, P-231, Fe-5	.161	Каша гречневая рассыпчатая	17-21
ЭЦ-442, Б-9, Ж-32, У-3, Вит.С-5, Na-1167, K-95, Ca-20, Mg-7, P-20	.050/15	Поджарка	52-93
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-2450, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	18-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-1404, Б-27, Ж-41, У-199, Вит.А-13000, Вит.С-53, Вит.РР-4, Na-2385, K-2921, Ca-266, Mg-271, P-464, Fe-7			97