

25 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-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-328, Б-10, Ж-11, У-47, Вит.С-2, На-469, К-238, Са-200, Mg-23, P-148	.200/5	Каша пшенная с маслом	19-20
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	8-22
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-53
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/20/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной(м	27-25
ЭЦ-507, Б-22, Ж-32, У-33, Вит.А-17, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-91, К-254, Са-279, Mg-41, P-354, Fe-1	.140/11	Запеканка творожная с молоко сгущ.	75-08
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-39
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая с	2-53
ЭЦ-1567, Б-56, Ж-68, У-184, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-35, Вит.РР-5, На-1896, К-1249, Са-760, Mg-133, P-882, Fe-6			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-328, Б-10, Ж-11, У-47, Вит.С-2, На-469, К-238, Са-200, Mg-23, P-148	.200/10	Каша пшенная с маслом	23-34
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	8-22
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-53
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/25/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	31-87
ЭЦ-310, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	14-32
ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, На-5182, К-133, Са-67, Mg-16, P-52, Fe-1	.100/30	Котлета мясная с соусом	57-98
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, На-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-72
ЭЦ-383, Б-5, Ж-17, У-52, На-32, К-87, Са-38, Mg-9, P-62, Fe-1	.095	Пирог к чаю	17-74
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 витаминный	4-48
ЭЦ-2212, Б-78, Ж-88, У-293, Вит.А-3, Вит.С-44, Вит.РР-12, На-7907, К-2280, Са-755, Mg-334, P-1064, Fe-41			178

1-4 класс

ЭЦ-507, Б-22, Ж-32, У-33, Вит.А-17, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-91, К-254, Са-279, Mg-41, P-354, Fe-1	.140/11	Запеканка творожная с молоко сгущ.	75-08
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-39
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-53
ЭЦ-741, Б-28, Ж-35, У-79, Вит.А-17, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-353, К-406, Са-354, Mg-59, P-444, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-310, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	14-32
ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, На-5182, К-133, Са-67, Mg-16, P-52, Fe-1	.100/30	Котлета мясная с соусом	57-98
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, На-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-72
ЭЦ-383, Б-5, Ж-17, У-52, На-32, К-87, Са-38, Mg-9, P-62, Fe-1	.095	Пирог к чаю	17-74
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-1300, Б-47, Ж-54, У-171, Вит.А-2, Вит.С-11, Вит.РР-8, На-6183, К-1404, Са-341, Mg-255, P-603, Fe-37			97

Руководитель

Зав.производством

