

26 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-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-335, Ca-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/5	каша гречневая с маслом сливочным	19-83
ЭЦ-167, Б-4, Ж-4, У-28, Вит.РР-1, Na-182, K-58, Ca-11, Mg-7, P-44, Fe-1	.070	Ватрушка с творогом	16-70
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	6-43
ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, K-411, Ca-33, Mg-23, P-67, Fe-1	.200/10/7	Рассольник Ленин. мясом, сметан	24-80
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-176, Б-5, Ж-6, У-25, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1389, K-813, Ca-63, Mg-44, P-130, Fe-2	.150/20	Картофельное пюре с зеленым горошком	27-93
ЭЦ-184, Б-10, Ж-14, У-5, Вит.С-1, Na-1173, K-31, Ca-23, Mg-5, P-30	.050/5	Суфле Рыбка	35-15
ЭЦ-114, У-30, K-1, Ca-1	.200	Компот из св. мандаринов	18-68
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-1326, Б-38, Ж-43, У-197, Вит.А-1, Вит.С-48, Вит.РР-5, Na-4389, K-1815, Ca-342, Mg-214, P-611, Fe-8			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-335, Ca-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/10	каша гречневая с маслом сливочным	24-64
ЭЦ-167, Б-4, Ж-4, У-28, Вит.РР-1, Na-182, K-58, Ca-11, Mg-7, P-44, Fe-1	.070	Ватрушка с творогом	16-70
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	6-43
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, K-513, Ca-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	28-75
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/31,25г	Хлеб витаминный	4-48
ЭЦ-301, Б-14, Ж-13, У-31, Вит.С-35, Вит.РР-5, Na-91, K-1158, Ca-27, Mg-55, P-201, Fe-2	.180/22	Запеканка картоф. с мясом	69-38
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/27	Бутерброд с сыром	24-75
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-87
ЭЦ-1407, Б-46, Ж-45, У-205, Вит.А-1, Вит.С-54, Вит.РР-9, Na-2488, K-2314, Ca-504, Mg-246, P-809, Fe-11			178

1-4 класс

ЭЦ-176, Б-5, Ж-6, У-25, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1389, K-813, Ca-63, Mg-44, P-130, Fe-2	.150/20	Картофельное пюре с зеленым горошком	27-93
ЭЦ-184, Б-10, Ж-14, У-5, Вит.С-1, Na-1173, K-31, Ca-23, Mg-5, P-30	.050/5	Суфле Рыбка	35-15
ЭЦ-114, У-30, K-1, Ca-1	.200	Компот из св. мандаринов	18-68
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-560, Б-18, Ж-20, У-78, Вит.С-32, Вит.РР-2, Na-2743, K-879, Ca-94, Mg-54, P-184, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-301, Б-14, Ж-13, У-31, Вит.С-35, Вит.РР-5, Na-91, K-1158, Ca-27, Mg-55, P-201, Fe-2	.180/22	Запеканка картоф. с мясом	69-38
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/27	Бутерброд с сыром	24-75
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-87
ЭЦ-525, Б-22, Ж-19, У-65, Вит.С-35, Вит.РР-5, Na-456, K-1243, Ca-240, Mg-75, P-343, Fe-4			97

Руководитель

Зав.производством