

27 Января 2022 г.

Меню Школа № 10

зн. 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, Na-438, С-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/5	Каша манная с маслом	14-26
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-52
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	12-85
ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Ia-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/20	Суп картоф. с крупой (конс. масло рас.)	30-13
ЭЦ-232, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, С-81, Ca-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150	Рис припущенный с овощами	10-74
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	56-93
ЭЦ-91, У-24, K-1	.200	Компот из винограда	14-09
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 витаминный	4-48
ЭЦ-1840, Б-44, Ж-79, У-206, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-4, Na-2625, K-1083, Ca-323, Mg-113, Fe-461, Fe-4			154

ОВЗ 5-11 класс			
Ц-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, С-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	18-40
Ц-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/12	Бутерброд с маслом сливочным	12-51
Ц-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	12-85
Ц-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
Ц-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Ia-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/25	Суп картоф. с крупой (конс. масло рас.)	35
Ц-299, Б-15, Ж-15, У-25, Вит.С-33, Вит.РР-4, Na-41, С-877, Ca-21, Mg-39, P-94, Fe-2	.060/150	Жаркое по-домашнему	56-85
Ц-76, У-20, K-1	.200	Напиток из шиповника	16-47
Ц-100, Б-3, У-20	.050/1шт	Печенье "Школьная шпаргалка"	21-14
Ц-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-54
Ц-1552, Б-48, Ж-54, У-215, Вит.А-1, Вит.С-52, Вит.РР-7, Na-2139, K-1824, Ca-324, Mg-119, Fe-466, Fe-5			178

1-4 класс			
Ц-232, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, С-81, Ca-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150	Рис припущенный с овощами	10-74
Ц-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	56-93
Ц-91, У-24, K-1	.200	Компот из винограда	14-09
Ц-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
Ц-911, Б-18, Ж-40, У-86, Вит.С-5, Вит.РР-1, Ca-763, K-192, Ca-29, Mg-40, P-127, Fe-1			84

5-11 класс			
Ц-299, Б-15, Ж-15, У-25, Вит.С-33, Вит.РР-4, Na-41, С-877, Ca-21, Mg-39, P-94, Fe-2	.060/150	Жаркое по-домашнему	56-85
Ц-76, У-20, K-1	.200	Напиток из шиповника	16-47
Ц-100, Б-3, У-20	.050/1шт	Печенье "Школьная шпаргалка"	21-14
Ц-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-54
Ц-623, Б-22, Ж-16, У-94, Вит.С-33, Вит.РР-5, Ca-277, K-932, Ca-31, Mg-46, P-131, Fe-3			97

Руководитель
Зав. производством

