

08 Февраля 2022 г.

Меню школы № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
5-11 класс			
ЭЦ-286, Б-22, Ж-15, У-16, Na-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-12	.100/5	Котлета Рыбная с маслом сл	68-03
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	12-47
ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	19-56
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-15
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-55
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-784, Б-34, Ж-23, У-110, Вит.С-83, Вит.РР-3, Na-1411, К-916, Са-128, Mg-63, P-191, Fe-3			116
ОВЗ 5-11 класс завтрак			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	22-46
ЭЦ-54, Б-2, Ж-2, У-6, Na-117, К-19, Са-67, Mg-5, P-43	31,25/26/10	Бутерброд с сыром и маслом сл	33-12
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-42
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	18-96
ЭЦ-1179, Б-26, Ж-23, У-211, Вит.А-13000, Вит.С-43, Вит.РР-2, Na-870, К-2901, Са-564, Mg-149, P-531, Fe-4			96
ОВЗ 5-11 класс обед			
ЭЦ-286, Б-22, Ж-15, У-16, Na-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-12	.100/5	Котлета Рыбная с маслом сл.	68-03
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	12-47
ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	19-56
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-15
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-55
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-784, Б-34, Ж-23, У-110, Вит.С-83, Вит.РР-3, Na-1411, К-916, Са-128, Mg-63, P-191, Fe-3			116

Руководитель

Зав. производством

