

10 Февраля 2022 г.

Меню школа №10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

5-11 класс

ЭЦ-42, Б-1, Ж-2, У-5, Вит.С-12, Na-625, К-80, Са-27, Mg-8, P-14	.080	Салат из свежей капусты	10-35
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.120	Гуляш	61-78
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-24
ЭЦ-191, Б-5, Ж-5, У-31, Вит.РР-1, Na-207, К-67, Са-13, Mg-8, P-51, Fe-1	.080	Ватрушка с творогом	19-18
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-90
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-1273, Б-32, Ж-50, У-138, Вит.С-16, Вит.РР-4, Na-1772, К-629, Са-86, Mg-204, P-382, Fe-9			116

ОВЗ 5-11 класс завтрак

ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/15	Каша рисовая с маслом	33-54
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	12-84
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-603, Б-11, Ж-27, У-79, Вит.РР-2, Na-567, К-153, Са-33, Mg-18, P-121, Fe-2	.070	Языки слоеные	22-73
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/15	Суп карт. с горохом, мясом	24-34
ЭЦ-42, Б-1, Ж-2, У-5, Вит.С-12, Na-625, К-80, Са-27, Mg-8, P-14	.080	Салат из свежей капусты	10-35
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.120	Гуляш	61-78
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-24
ЭЦ-191, Б-5, Ж-5, У-31, Вит.РР-1, Na-207, К-67, Са-13, Mg-8, P-51, Fe-1	.080	Ватрушка с творогом	19-18
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-90
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-2772, Б-67, Ж-109, У-347, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-9, Na-3781, К-1556, Са-438, Mg-307, P-877, Fe-14			212

Руководитель

Зав. производством

