

16 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-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Ca-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-24
ЭЦ-319, Б-15, Ж-20, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-2988, К-159, Са-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	Тефтели с соусом	56-29
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	10-87
ЭЦ-466, Б-4, Ж-30, У-48, Na-54, К-60, Са-29, Mg-6, P-46, Fe-1	.090	Пирожное Черемушка	27-36
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-1339, Б-33, Ж-58, У-174, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-4, Na-3935, К-707, Са-120, Mg-203, P-390, Fe-9			116

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, Na-587, К-302, Са-252, Mg-29, P-188	.250/10	Каша ячневая с маслом	28-08
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-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./21	Бутерброд с сыром	21
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/15/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	31-84
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-319, Б-15, Ж-20, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-2988, К-159, Са-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	Тефтели с соусом	56-29
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	10-87
ЭЦ-466, Б-4, Ж-30, У-48, Na-54, К-60, Са-29, Mg-6, P-46, Fe-1	.090	Пирожное Черемушка	27-36
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-2336, Б-64, Ж-98, У-302, Вит.А-2, Вит.С-42, Вит.РР-6, Na-5185, К-1643, Са-744, Mg-291, P-889, Fe-11			212

Руководитель

Зав.производством