

21 Февраля 2022 г.

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, Р-201, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	22-91
ЭЦ-543, Б-12, Ж-37, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-82, Са-6, Mg-6, Р-15	.065/65	Гуляш	66-93
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1	2
ЭЦ-996, Б-23, Ж-52, У-73, Вит.С-32, Вит.РР-5, Na-1325, К-371, Са-39, Mg-145, Р-240, Fe-5			100

5-11 класс

ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, Р-119, Fe-1	.200/20	Рис припущенный с овощами с огурц.конс.	21-12
ЭЦ-347, Б-20, Ж-25, У-10, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-250, К-87, Са-17, Mg-8, Р-39, Fe-1	.087/5	Зразы -Верх-Исетские- с маслом сливочн	71-02
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-90
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, Р-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	18-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-1351, Б-33, Ж-34, У-222, Вит.А-13002, Вит.С-45, Вит.РР-6, Na-1223, К-2704, Са-250, Mg-157, Р-370, Fe-5			116

ОВЗ 1-4 класс завтрак

ЭЦ-328, Б-10, Ж-11, У-47, Вит.С-2, Na-469, К-238, Са-200, Mg-23, Р-148	.200/10	Каша пшеничная с маслом	23-35
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, Р-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, Р-28	.31,25/12	Бутерброд с маслом сливочным	12-18
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-42
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, Р-47, Fe-1	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	27-25
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, Р-201, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	22-91
ЭЦ-543, Б-12, Ж-37, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-82, Са-6, Mg-6, Р-15	.065/65	Гуляш	66-93
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-1953, Б-56, Ж-90, У-198, Вит.А-1, Вит.С-47, Вит.РР-6, Na-2859, К-1170, Са-370, Mg-213, Р-621, Fe-8			184

ОВЗ 5-11 класс завтрак

ЭЦ-410, Б-13, Ж-14, У-59, Вит.С-3, Na-586, К-298, Са-249, Mg-29, Р-185	.250/10	Каша пшеничная с маслом	27-12
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, Р-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, Р-28	.31,25/20	Бутерброд с маслом сливочным	18-80
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-42
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, Р-47, Fe-1	.250/16/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	28-86
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, Р-119, Fe-1	.200/20	Рис припущенный с овощами с огурц.конс.	21-12
ЭЦ-347, Б-20, Ж-25, У-10, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-250, К-87, Са-17, Mg-8, Р-39, Fe-1	.087/5	Зразы -Верх-Исетские- с маслом сливочн	71-02
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-90
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, Р-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	18-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-2390, Б-69, Ж-75, У-359, Вит.А-13003, Вит.С-61, Вит.РР-7, Na-2874, К-3563, Са-630, Mg-224, Р-700, Fe-8			212

Руководитель
Зав. производством

В. М. Мухоморов
О. М. Мухоморова