

03 Марта 2022 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость в питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-199, Б-5, Ж-6, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1575, ЭЦ-313, Б-18, Ж-23, У-8, Вит.С-1, Na-1994, К-52, Са-142, Б-6, Ж-5, У-18, Na-260, К-50, Са-144, Mg-11, ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.170/25	Картофельное пюре с зеленым	32-18
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.085/5	Суфле Рыбка	57-42
ЭЦ-632, Б-26, Ж-29, У-64, Вит.С-64, Вит.РР-6,	.200	Напиток Виталайт	8-16
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.050/200	Жаркое по-домашнему	92-87
ЭЦ-310, Б-3, Ж-20, У-32, Na-36, К-40, Са-19, Mg-4, P-1	.200/15	Чай с сахаром	2-93
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-142, Б-6, Ж-5, У-18, Na-260, К-50, Са-144, Mg-11, ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.060	Пирожное Черемушка	17-53
ЭЦ-889, Б-26, Ж-39, У-107, Вит.С-42, Вит.РР-6,	.050	Булка формовая	2-67
			116
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-50, Са-144, Mg-11, ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-142, Б-6, Ж-5, У-18, Na-260, К-50, Са-144, Mg-11, ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, ЭЦ-199, Б-5, Ж-6, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1575, ЭЦ-313, Б-18, Ж-23, У-8, Вит.С-1, Na-1994, К-52, Са-142, Б-6, Ж-5, У-18, Na-260, К-50, Са-144, Mg-11, ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200/10	каша гречневая с маслом сливочным	23-97
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-142, Б-6, Ж-5, У-18, Na-260, К-50, Са-144, Mg-11, ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Кофейный напиток с молоком	8-26
ЭЦ-1408, Б-50, Ж-56, У-175, Вит.А-1, Вит.С-80,	.31,25/25	Бутерброд с сыром	15-71
	.200/15/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	33-82
	.170/25	Картофельное пюре с зеленым	32-18
	.085/5	Суфле Рыбка	57-42
	.200	Напиток Виталайт	8-16
	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-48
			184
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-383, Б-11, Ж-14, У-52, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-142, Б-6, Ж-5, У-18, Na-260, К-50, Са-144, Mg-11, ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, ЭЦ-310, Б-3, Ж-20, У-32, Na-36, К-40, Са-19, Mg-4, P-1	.250/10	каша гречневая с маслом сливочным	29-55
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.200	Кофейный напиток с молоком	8-26
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-142, Б-6, Ж-5, У-18, Na-260, К-50, Са-144, Mg-11, ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.31,25/30	Бутерброд с сыром	18-51
ЭЦ-1715, Б-53, Ж-70, У-218, Вит.А-1, Вит.С-62,	.250/15/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	37-44
	.050/200	Жаркое по-домашнему	95-80
	.060	Пирожное Черемушка	17-53
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
	.050	Булка формовая стр.46	2-67
			212

Руководитель

Зав. производством