

17 Марта 2022 г.

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/25	Картофельное пюре, огурец консервиров	35-19
ЭЦ-182, Б-13, Ж-11, У-7, Вит.С-1, Na-6, К-29, Са-10, Mg-2, P-14	.066/10	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	54-41
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, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-488, Б-20, Ж-18, У-60, Вит.С-60, Вит.РР-6, Na-1638, К-975, Са-80, Mg-47, P-156, Fe-2			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2752, К-141, Са-49, Mg-18, P-75, Fe-2	.200/50	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	37-02
ЭЦ-307, Б-17, Ж-25, У-6, Вит.РР-7, Na-1469, К-202, Са-42, Mg-18, P-169, Fe-2	.060/60	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	66-34
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-48
ЭЦ-798, Б-30, Ж-33, У-98, Вит.С-30, Вит.РР-13, Na-4583, К-410, Са-106, Mg-46, P-291, Fe-5			116
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	Каша рисовая с маслом	21-46
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	6-49
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-119, Б-4, У-24	.1шт	Вафли "Боярушка"	12-10
ЭЦ-178, Б-8, Ж-10, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/18	Суп картоф. с крупой (конс. масло рас.)	26-67
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	35-19
ЭЦ-182, Б-13, Ж-11, У-7, Вит.С-1, Na-6, К-29, Са-10, Mg-2, P-14	.066/10	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	54-41
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-48
ЭЦ-1412, Б-51, Ж-48, У-193, Вит.А-1, Вит.С-75, Вит.РР-9, Na-3321, К-1767, Са-333, Mg-130, P-548, Fe-7			184
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
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	.250/10	Каша рисовая с маслом	29-93
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	6-49
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-48
ЭЦ-119, Б-4, У-24	.1шт	Вафли "Боярушка"	12-10
ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/19	Суп картоф. с крупой (конс. масло рас.)	30-20
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2752, К-141, Са-49, Mg-18, P-75, Fe-2	.200/50	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	37-02
ЭЦ-307, Б-17, Ж-25, У-6, Вит.РР-7, Na-1469, К-202, Са-42, Mg-18, P-169, Fe-2	.060/60	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	66-34
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-48
ЭЦ-1843, Б-64, Ж-68, У-244, Вит.А-1, Вит.С-50, Вит.РР-16, Na-6574, К-1345, Са-396, Mg-144, P-736, Fe-10			212

Руководитель