

21 Марта 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-257, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2444, К-127, Са-44, Mg-16, P-74, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с нарезкой из св. помидоров	31-33
ЭЦ-477, Б-11, Ж-33, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.057/57	Гуляш	58-51
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 народный	2
ЭЦ-854, Б-21, Ж-39, У-75, Вит.С-36, Вит.РР-5, Na-2628, К-233, Са-56, Mg-26, P-111, Fe-1			100

5-11 класс

ЭЦ-316, Б-6, Ж-9, У-53, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-1, Na-775, К-164, Са-30, Mg-45, P-136, Fe-1	.200/40	Рис припущенный с овощами с нарезкой из св. огурцов <i>помидоров.</i>	35-07
ЭЦ-474, Б-10, Ж-33, У-4, Na-1373, К-8, Са-14, Mg-2, P-8	.065	Бифштекс Школьный	75-58
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-35
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-933, Б-19, Ж-42, У-90, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-1, Na-2330, К-231, Са-56, Mg-56, P-176, Fe-2			116

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	22-64
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	8-86
ЭЦ-142, Б-6, Ж-5, У-18, Na-260, К-50, Са-144, Mg-11, P-97	31,25/30/7	Бутерброд с сыром, маслом	24-43
ЭЦ-174, Б-7, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-492, К-294, Са-25, Mg-17, P-63, Fe-1	.200/25/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	26-07
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2444, К-127, Са-44, Mg-16, P-74, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с нарезкой из св. помидоров	31-33
ЭЦ-477, Б-11, Ж-33, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.057/57	Гуляш	58-51
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 народный	4
ЭЦ-1714, Б-50, Ж-72, У-191, Вит.А-1, Вит.С-48, Вит.РР-8, Na-4081, К-997, Са-555, Mg-96, P-534, Fe-3			184

ОВЗ 5-11 класс завтрак

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	26-23
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	8-86
ЭЦ-142, Б-6, Ж-5, У-18, Na-260, К-50, Са-144, Mg-11, P-97	31,25/35/12	Бутерброд с сыром, маслом	30-85
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/20/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	28-06
ЭЦ-316, Б-6, Ж-9, У-53, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-1, Na-775, К-164, Са-30, Mg-45, P-136, Fe-1	.200/40	Рис припущенный с овощами с нарезкой из св. огурцов <i>помидоров.</i>	35-07
ЭЦ-474, Б-10, Ж-33, У-4, Na-1373, К-8, Са-14, Mg-2, P-8	.065	Бифштекс Школьный	75-58
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-35
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2
ЭЦ-1920, Б-52, Ж-80, У-223, Вит.А-2, Вит.С-22, Вит.РР-3, Na-4023, К-1131, Са-610, Mg-136, P-654, Fe-3			212

Руководитель

Зав.производством