

11 Апреля 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-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, К-51, Са-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	8-27
ЭЦ-594, Б-25, Ж-31, У-53, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-102, К-574, Са-54, Mg-88, P-320, Fe-2	.065/150	Плов по - узбекски	81-57
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 1 кус.	2
ЭЦ-719, Б-28, Ж-31, У-81, Вит.А-6, Вит.С-35, Вит.РР-10, Na-319, К-659, Са-69, Mg-98, P-353, Fe-2			100

5-11 класс

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	.200/28	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	29-96
ЭЦ-332, Б-19, Ж-24, У-9, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-239, К-83, Са-17, Mg-7, P-38, Fe-1	.090/10	Зразь -Верх-Исетские- с маслом сливочн	75-88
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт № 81	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-737, Б-29, Ж-31, У-84, Вит.С-33, Вит.РР-8, Na-3172, К-258, Са-73, Mg-30, P-137, Fe-3			116

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/9	Каша пшеничная с маслом сливочным	20-35
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	10-17
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом	26-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/20	Суп карт. с горохом, тушенкой	22-52
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, К-51, Са-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	8-27
ЭЦ-594, Б-25, Ж-31, У-53, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-102, К-574, Са-54, Mg-88, P-320, Fe-2	.065/150	Плов по - узбекски	81-57
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 2 кус.	4
ЭЦ-1769, Б-61, Ж-65, У-237, Вит.А-7, Вит.С-46, Вит.РР-13, Na-1908, К-1367, Са-365, Mg-160, P-682, Fe-5			184

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-39
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	10-17
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом	26-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-236, Б-10, Ж-13, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/28	Суп карт. с горохом, тушенкой	30-48
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	.200/28	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	29-96
ЭЦ-332, Б-19, Ж-24, У-9, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-239, К-83, Са-17, Mg-7, P-38, Fe-1	.090/10	Зразь -Верх-Исетские- с маслом сливочн	75-88
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 2 кус.	4
ЭЦ-1916, Б-66, Ж-71, У-256, Вит.А-1, Вит.С-48, Вит.РР-11, Na-4991, К-1068, Са-405, Mg-100, P-498, Fe-6			212

Руководитель

Зав. производством