

15 Апреля 2022 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-170, Б-4, Ж-6, У-24, Вит.С-28, Вит.РР-2, Na-1314, К-830, Са-58, Mg-36, P-108, Fe-1	.163	Картофельное пюре	23-23
ЭЦ-218, Б-16, Ж-15, У-6, Вит.РР-2, Na-854, К-3, Са-10, Mg-1, P-5	.055/5	Шницель н-р с маслом сливочным	66-37
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-508, Б-23, Ж-21, У-57, Вит.С-56, Вит.РР-8, Na-2349, К-867, Са-75, Mg-42, P-137, Fe-1			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/20	Запеканка творожная с мол. сгущенным	90-26
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	21-96
ЭЦ-747, Б-31, Ж-40, У-65, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-445, К-306, Са-467, Mg-59, P-492, Fe-3			116
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/5	каша гречневая с маслом сливочным	22-45
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	7-77
ЭЦ-435, Б-11, Ж-24, У-44, Вит.РР-1, Na-100, К-104, Са-74, Mg-16, P-135, Fe-1	.105	Ватрушка Лакомка	35-63
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-117, Б-3, Ж-7, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/5	Борщ из св. капусты со сметаной	13-67
ЭЦ-170, Б-4, Ж-6, У-24, Вит.С-28, Вит.РР-2, Na-1314, К-830, Са-58, Mg-36, P-108, Fe-1	.163	Картофельное пюре	23-23
ЭЦ-218, Б-16, Ж-15, У-6, Вит.РР-2, Na-854, К-3, Са-10, Mg-1, P-5	.055/5	Шницель н-рс маслом сливочным	66-37
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-1624, Б-54, Ж-66, У-206, Вит.А-1, Вит.С-75, Вит.РР-12, Na-4067, К-1756, Са-404, Mg-213, P-658, Fe-8			184
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-383, Б-11, Ж-14, У-52, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-418, Са-165, Mg-142, P-299, Fe-4	.250/10	каша гречневая с маслом сливочным	31-47
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	7-77
ЭЦ-435, Б-11, Ж-24, У-44, Вит.РР-1, Na-100, К-104, Са-74, Mg-16, P-135, Fe-1	.105	Ватрушка Лакомка	35-63
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	4-48
ЭЦ-134, Б-4, Ж-8, У-13, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-1, Na-911, К-327, Са-50, Mg-23, P-54, Fe-1	.230/8	Борщ из св. капусты со сметаной	16-65
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/20	Запеканка творожная с мол. сгущенным	90-26
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	21-96
ЭЦ-1957, Б-65, Ж-89, У-226, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-23, Вит.РР-5, Na-2392, К-1320, Са-836, Mg-261, P-1080, Fe-11			212

Руководитель

Зав.производством