

18 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-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	<i>Рис припущенный с овощами</i>	15-84
ЭЦ-547, Б-12, Ж-38, У-5, Na-1584, К-9, Са-16, Mg-2, P-9	.075/6	<i>Бифштекс Школьный</i>	71-60
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	<i>Кисель Валитек</i>	10-56
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2
ЭЦ-987, Б-20, Ж-46, У-89, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-64, Вит.РР-10, Na-2459, К-140, Са-42, Mg-43, P-140, Fe-1			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	<i>Макаронные изделия отварные</i>	18-30
ЭЦ-583, Б-12, Ж-41, У-5, Na-1689, К-9, Са-17, Mg-2, P-9	.080/6	<i>Бифштекс Школьный</i>	76-16
ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11	.200	<i>Напиток из сока</i>	19-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2
ЭЦ-1044, Б-23, Ж-48, У-94, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-4591, К-308, Са-74, Mg-25, P-110, Fe-1			116
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом</i>	25-51
ЭЦ-134, Б-3, Ж-6, У-18, Na-142, К-33, Са-7, Mg-4, P-23	.030/15	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	15-57
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	<i>Кофе на молоке</i>	20-23
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/10/6	<i>Суп карт. с горохом, мясом, сметаной</i>	20-69
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	<i>Рис припущенный с овощами</i>	15-84
ЭЦ-547, Б-12, Ж-38, У-5, Na-1584, К-9, Са-16, Mg-2, P-9	.075/6	<i>Бифштекс Школьный</i>	71-60
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	<i>Кисель Валитек</i>	10-56
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2
ЭЦ-1798, Б-45, Ж-77, У-200, Вит.А-2, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-76, Вит.РР-11, Na-3758, К-786, Са-340, Mg-96, P-420, Fe-2			184
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, Na-587, К-302, Са-252, Mg-29, P-188	.250/10	<i>Каша ячневая с маслом</i>	29-61
ЭЦ-134, Б-3, Ж-6, У-18, Na-142, К-33, Са-7, Mg-4, P-23	.030/20	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	20-12
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	<i>Кофе на молоке</i>	20-23
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10/12	<i>Суп карт. с горохом, мясом, сметаной</i>	24-04
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	<i>Макаронные изделия отварные</i>	18-30
ЭЦ-583, Б-12, Ж-41, У-5, Na-1689, К-9, Са-17, Mg-2, P-9	.080/6	<i>Бифштекс Школьный</i>	76-16
ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11	.200	<i>Напиток из сока</i>	19-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2
ЭЦ-1983, Б-52, Ж-85, У-221, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-6128, К-1081, Са-427, Mg-88, P-437, Fe-2			212

Руководитель

Зав.производством