

21 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-790, Б-18, Ж-46, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-3, Na-62, K-1315, Ca-32, Mg-58, P-142, Fe-2	.060/200	Жаркое по-домашнему	68-90
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/23	Бутерброд с сыром	25-08
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1100, Б-29, Ж-52, У-90, Вит.С-50, Вит.РР-3, Na-608, K-1434, Ca-252, Mg-83, P-308, Fe-4			100
5-11 класс			
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, K-327, Ca-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	22-19
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, K-1042, Ca-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.058/5	Котлета натуральная из филе птицы	68-16
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, K-110, Ca-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.200/15	Чай пакетированный № 628	5-63
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.100	Манник	17-78
ЭЦ-824, Б-29, Ж-20, У-147, Вит.С-4, Вит.РР-6, Na-932, K-1513, Ca-286, Mg-374, P-708, Fe-41	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
			116
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом	29-10
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-17
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	15-89
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, K-404, Ca-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	26-60
ЭЦ-790, Б-18, Ж-46, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-3, Na-62, K-1315, Ca-32, Mg-58, P-142, Fe-2	.060/200	Жаркое по-домашнему	68-90
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/23	Бутерброд с сыром	25-08
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1911, Б-49, Ж-82, У-208, Вит.А-1, Вит.С-65, Вит.РР-6, Na-1976, K-2250, Ca-538, Mg-167, P-682, Fe-6			184
ОВЗ 5-11 класс -			
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, K-242, Ca-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/12	Каша рисовая с маслом	35-91
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-17
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	15-89
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, K-505, Ca-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/29	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	31-79
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, K-327, Ca-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	22-19
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, K-1042, Ca-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.058/5	Котлета натуральная из филе птицы	68-16
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, K-110, Ca-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.200/15	Чай пакетированный	5-63
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.100	Манник	17-78
ЭЦ-1744, Б-52, Ж-54, У-279, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-9, Na-2533, K-2479, Ca-610, Mg-472, P-1139, Fe-43	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
			212

Руководитель

Зав.производством

