

12 Мая 2022 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость
			в питания

1-4 класс

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, На-470, К-88, Са-25,	.060	Салат "Здоровье"	10-95
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, На-1209,	.150	Картофельное пюре	21-46
ЭЦ-229, Б-18, Ж-17, Вит.РР-3, На-362, Са-3, Р-1	.055/5	Бифштекс нат. руб. с маслом	61-57
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-605, Б-25, Ж-29, У-60, Вит.С-43, Вит.РР-5,			100

5-11 класс

ЭЦ-115, Б-1, Ж-9, У-8, Вит.С-25, На-706, К-132, Са-	.090	Салат "Здоровье"	16-72
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-	.180	Каша гречневая рассыпчатая	22-23
ЭЦ-653, Б-15, Ж-45, У-6, Вит.С-5, На-4, К-99, Са-7,	.065/65	Гуляш	71-03
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1245, Б-30, Ж-62, У-100, Вит.С-30, Вит.РР-			116

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-328, Б-10, Ж-11, У-47, Вит.С-2, На-469, К-238, Са-	.200/10	Каша пшеничная с маслом	26-97
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65,	.200	Чай с молоком	7-77
ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, На-194, К-63, Са-	.075	Ватрушка с творогом	20-60
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	4-48
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1,	.200/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	24-18
ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, На-470, К-88, Са-25,	.060	Салат "Здоровье"	10-95
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, На-1209,	.150	Картофельное пюре	21-46
ЭЦ-229, Б-18, Ж-17, Вит.РР-3, На-362, Са-3, Р-1	.055/5	Бифштекс нат. руб. с маслом	61-57
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1524, Б-54, Ж-55, У-207, Вит.А-1, Вит.С-55,			184

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-410, Б-13, Ж-14, У-59, Вит.С-3, На-586, К-298, Са-	.250/10	Каша пшеничная с маслом	31-43
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65,	.200	Чай с молоком	7-77
ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, На-194, К-63, Са-	.075	Ватрушка с творогом	20-60
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	4-48
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1,	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	31-72
ЭЦ-115, Б-1, Ж-9, У-8, Вит.С-25, На-706, К-132, Са-	.090	Салат "Здоровье"	16-72
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-	.180	Каша гречневая рассыпчатая	22-23
ЭЦ-653, Б-15, Ж-45, У-6, Вит.С-5, На-4, К-99, Са-7,	.065/65	Гуляш	71-03
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-2284, Б-64, Ж-93, У-264, Вит.А-1, Вит.С-46,			212

Руководитель

Зав. производством

