

22 Сентября 2022 г.

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость в питании
--	-------	--------------------	------------------------

1-4 класс

ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	31-50
ЭЦ-342, Б-15, Ж-26, У-12, Вит.РР-6, Na-104, К-155, Са-15, Mg-15, P-131, Fe-1	.085/5	Котлета из филе цыпленка бр. с маслом	56-02
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
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-648, Б-22, Ж-33, У-65, Вит.С-59, Вит.РР-12, Na-1736, К-1101, Са-85, Mg-60, P-273, Fe-3			100

5-11 класс

ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	22-23
ЭЦ-302, Б-16, Ж-24, У-5, Вит.РР-7, Na-1445, К-199, Са-41, Mg-18, P-167, Fe-2	.059/60	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	66-45
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-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	25-08
ЭЦ-1272, Б-35, Ж-32, У-203, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-11, Na-2346, К-3010, Са-273, Mg-295, P-629, Fe-10			116

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	37-02
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/21	Бутерброд с сыром	20-98
ЭЦ-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-802, К-313, Са-45, Mg-23, P-70, Fe-1	.200/20/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	21-96
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	31-50
ЭЦ-342, Б-15, Ж-26, У-12, Вит.РР-6, Na-104, К-155, Са-15, Mg-15, P-131, Fe-1	.085/5	Котлета из филе цыпленка бр. с маслом	56-02
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
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-1201, Б-46, Ж-63, У-112, Вит.А-1, Вит.С-76, Вит.РР-14, Na-3212, К-1661, Са-428, Mg-117, P-675, Fe-8			184

ОВЗ 5-11 класс з

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	37-02
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром № 685	4-04
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	Бутерброд с сыром	27-04
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-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/20/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	25-66
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	22-23
ЭЦ-302, Б-16, Ж-24, У-5, Вит.РР-7, Na-1445, К-199, Са-41, Mg-18, P-167, Fe-2	.059/60	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	66-45
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-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	25-08
ЭЦ-1947, Б-63, Ж-65, У-271, Вит.А-13001, Вит.С-61, Вит.РР-13, Na-4204, К-3682, Са-634, Mg-363, P-1073, Fe-16			212

Руководитель

Зав. производством