

28 Сентября 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-543, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-98, К-272, Са-298, Mg-43, P-379, Fe-1	.150/22	Запеканка творожная с молоко сгущ.	93-72
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
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-686, Б-27, Ж-34, У-69, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-280, К-331, Са-310, Mg-52, P-411, Fe-2			100
5-11 класс			
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	18-85
ЭЦ-383, Б-17, Ж-29, У-13, Вит.РР-6, Na-116, К-174, Са-17, Mg-17, P-147, Fe-1	.095/5	Биточки из филе цыпленка бр. с маслом	59-71
ЭЦ-134, Б-1, У-34, К-1, Са-1	.200	Компот из св. апельсинов	18-66
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-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли Боярушка	16-54
ЭЦ-1003, Б-32, Ж-36, У-136, Вит.РР-7, Na-3009, К-294, Са-64, Mg-34, P-237, Fe-2			116
ОВЗ 1-4 класс			
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	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	31-31
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	8-04
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	15-89
ЭЦ-174, Б-7, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-492, К-294, Са-25, Mg-17, P-63, Fe-1	.200/25/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	28-76
ЭЦ-543, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-98, К-272, Са-298, Mg-43, P-379, Fe-1	.150/22	Запеканка творожная с молоко сгущ.	93-72
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
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-1422, Б-48, Ж-65, У-166, Вит.А-19, Вит.В2-1, Вит.С-12, Вит.РР-4, Na-1436, К-1097, Са-541, Mg-200, P-794, Fe-7			184
ОВЗ 5-11 класс			
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	36-86
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	8-04
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	15-89
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-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	32-97
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	18-85
ЭЦ-383, Б-17, Ж-29, У-13, Вит.РР-6, Na-116, К-174, Са-17, Mg-17, P-147, Fe-1	.095/5	Биточки из филе цыпленка бр. с маслом	59-71
ЭЦ-134, Б-1, У-34, К-1, Са-1	.200	Компот из св. апельсинов	18-66
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-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли Боярушка	16-54
ЭЦ-1945, Б-60, Ж-72, У-266, Вит.А-1, Вит.С-15, Вит.РР-10, Na-4579, К-1251, Са-341, Mg-219, P-720, Fe-8			212

Руководитель

Зав. производством