

07 Ноября 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-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	Рис припущенный с овощами	16-69
ЭЦ-547, Б-12, Ж-38, У-5, Na-1584, К-9, Са-16, Mg-2, P-9	.075/5	Бифштекс Школьный	70-83
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-946, Б-20, Ж-46, У-79, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-5, Na-2459, К-140, Са-42, Mg-43, P-140, Fe-1			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	18-90
ЭЦ-331, Б-18, Ж-19, У-23, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1921, К-122, Са-57, Mg-13, P-53, Fe-1	.100/7	Шницель мясной с маслом	66-62
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	.31,25/25	Бутерброд с сыром	26-44
ЭЦ-836, Б-33, Ж-32, У-104, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-4998, К-292, Са-309, Mg-45, P-261, Fe-4			116

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/12	Каша ячневая с маслом сливочным	23-16
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-61
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-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, К-266, Са-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	32-10
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	Рис припущенный с овощами	16-69
ЭЦ-547, Б-12, Ж-38, У-5, Na-1584, К-9, Са-16, Mg-2, P-9	.075/5	Бифштекс Школьный	70-83
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-1760, Б-43, Ж-76, У-195, Вит.А-2, Вит.С-41, Вит.РР-6, Na-3809, К-770, Са-323, Mg-96, P-412, Fe-2			184

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша ячневая с маслом сливочным	28-69
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-61
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-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-332, Са-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/25/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	38-57
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	18-90
ЭЦ-331, Б-18, Ж-19, У-23, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1921, К-122, Са-57, Mg-13, P-53, Fe-1	.100/7	Шницель мясной с маслом	66-62
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	.31,25/25	Бутерброд с сыром	26-44
ЭЦ-1759, Б-60, Ж-67, У-235, Вит.А-2, Вит.С-19, Вит.РР-4, Na-6577, К-1024, Са-627, Mg-106, P-565, Fe-5			212

Руководитель

Зав. производством

