

14 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-257, Б-7, Ж-6, У-43, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2477, К-127, Са-44, Mg-16, P-68, Fe-1	.180/30	Макаронные изделия отварные с огуцом консервированным	29-48
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, К-109, Са-44, Mg-10, P-57, Fe-1	.090	Зразы рубленные	57-32
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	Кисель Валитек №82	11-20
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-720, Б-26, Ж-26, У-95, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-68, Вит.РР-12, Na-3728, К-270, Са-95, Mg-31, P-149, Fe-2			100

5-11 класс

ЭЦ-8, У-1, Вит.С-3, Na-58, К-82, Са-13, Mg-8, P-14	.032	Нарезка из огуцов конс.	13-13
ЭЦ-966, Б-18, Ж-56, У-61, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, К-235, Са-44, Mg-65, P-161, Fe-1	.058/200	Плов по - узбекски	80-29
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли Боярушка	16-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-1236, Б-25, Ж-56, У-119, Вит.А-6, Вит.С-8, Вит.РР-2, Na-266, К-376, Са-69, Mg-82, P-207, Fe-2			116

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	26-96
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-56
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-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	24-59
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-43, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2477, К-127, Са-44, Mg-16, P-68, Fe-1	.180/30	Макаронные изделия отварные с огуцом консервированным	29-48
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, К-109, Са-44, Mg-10, P-57, Fe-1	.090	Зразы рубленные	57-32
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	Кисель Валитек	11-20
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-1503, Б-46, Ж-63, У-190, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-95, Вит.РР-13, Na-5023, К-945, Са-466, Mg-91, P-458, Fe-3			184

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, Na-587, К-302, Са-252, Mg-29, P-188	.250/10	Каша ячневая с маслом	31-42
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-56
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-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	32-13
ЭЦ-8, У-1, Вит.С-3, Na-58, К-82, Са-13, Mg-8, P-14	.032	Нарезка из огуцов конс.	13-13
ЭЦ-966, Б-18, Ж-56, У-61, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, К-235, Са-44, Mg-65, P-161, Fe-1	.058/200	Плов по - узбекски	80-29
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли Боярушка	16-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-2135, Б-48, Ж-99, У-227, Вит.А-7, Вит.С-42, Вит.РР-3, Na-1822, К-1174, Са-500, Mg-152, P-564, Fe-3			212

Руководитель

Зав. производством