

21 Ноября 2022 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-8, У-1, Вит.С-3, Na-58, K-82, Ca-13, Mg-8, P-14	.032	Нарезка из огурцов конс.	13-10
ЭЦ-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-94, K-530, Ca-50, Mg-81, P-296, Fe-2	.060/150	Плов по - узбекски	77-40
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-50
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-699, Б-26, Ж-29, У-83, Вит.А-5, Вит.С-8, Вит.РР-6, Na-334, K-671, Ca-75, Mg-98, P-342, Fe-3			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200/40	Макаронные изделия отварные с лечо	36-15
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, K-121, Ca-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/6	Зразы рубленые с маслом сливочным	56-07
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-50
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
	шт./030гр.	Пирожное "Чоко пай"	14-28
ЭЦ-760, Б-28, Ж-29, У-97, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-4082, K-265, Ca-100, Mg-32, P-161, Fe-3			116
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	20-71
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком Хрутка	18-73
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	20-72
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-487, K-389, Ca-26, Mg-20, P-57, Fe-1	.200/10/10	Суп картоф.с мак.изд.,мясом, сметан	23-84
ЭЦ-8, У-1, Вит.С-3, Na-58, K-82, Ca-13, Mg-8, P-14	.032	Нарезка из огурцов конс. таб.	13-10
ЭЦ-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-94, K-530, Ca-50, Mg-81, P-296, Fe-2	.060/150	Плов по - узбекски	77-40
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-50
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-1470, Б-50, Ж-59, У-185, Вит.А-6, Вит.С-23, Вит.РР-8, Na-1673, K-1470, Ca-561, Mg-170, P-752, Fe-6			184
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, K-254, Ca-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/10	Каша манная с маслом	26-92
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком Хрутка	18-73
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	20-72
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, K-486, Ca-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/10/12	Суп картоф.с мак.изд.,мясом, сметан	29-63
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200/40	Макаронные изделия отварные с лечо	36-15
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, K-121, Ca-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/6	Зразы рубленые с маслом сливочным	56-07
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-50
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
	шт./030гр.	Пирожное "Чоко пай"	14-28
ЭЦ-1644, Б-55, Ж-64, У-213, Вит.А-1, Вит.С-25, Вит.РР-6, Na-5653, K-1212, Ca-625, Mg-115, P-617, Fe-6			212

Руководитель

Зав.производством