

05 Декабря 2022 г.

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-210, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, На-2034, К-64, Са-30, Mg-9, Р-49, Fe-1	.150/40	Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой	26-36
ЭЦ-500, Б-11, Ж-31, У-21, Вит.А-1, Вит.С-4, На-3229, К-104, Са-43, Mg-12, Р-36, Fe-1	.090/50	Котлета мясная с соусом	60-44
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, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-871, Б-19, Ж-36, У-93, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-66, Вит.РР-10, На-5444, К-202, Са-80, Mg-26, Р-109, Fe-2			100

5-11 класс

ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Mg-61, Р-148, Fe-1	.038	Помидор Черри	16-27
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	73-50
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, Р-134, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.31,25/20	Бутерброд с сыром	20-19
ЭЦ-1104, Б-25, Ж-51, У-106, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-572, К-354, Са-266, Mg-86, Р-314, Fe-3	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
			116

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, Р-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом	21-49
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Какао с молоком	16-56
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/11	Бутерброд с маслом сливочным	11-88
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-802, К-313, Са-45, Mg-23, Р-70, Fe-1	.200/25/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	32-07
ЭЦ-210, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, На-2034, К-64, Са-30, Mg-9, Р-49, Fe-1	.150/40	Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой	26-36
ЭЦ-500, Б-11, Ж-31, У-21, Вит.А-1, Вит.С-4, На-3229, К-104, Са-43, Mg-12, Р-36, Fe-1	.090/50	Котлета мясная с соусом	60-44
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, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-1717, Б-39, Ж-75, У-197, Вит.А-2, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-85, Вит.РР-12, На-6915, К-844, Са-377, Mg-82, Р-387, Fe-3			184

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, На-546, К-182, Са-154, Mg-18, Р-114	.250/15	Каша пшеничная с маслом	28-98
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Какао с молоком	16-56
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/11	Бутерброд с маслом сливочным	11-88
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, На-1003, К-391, Са-56, Mg-29, Р-88, Fe-2	.250/25/15	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	36-58
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Mg-61, Р-148, Fe-1	.038	Помидор Черри	16-27
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	73-50
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, Р-134, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.31,25/20	Бутерброд с сыром	20-19
ЭЦ-2068, Б-48, Ж-96, У-224, Вит.А-7, Вит.С-29, Вит.РР-4, На-2353, К-1110, Са-605, Mg-152, Р-633, Fe-5	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
			212

Руководитель

Зав. производством

