

14 Декабря 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-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, K-912, Ca-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	33-35
ЭЦ-386, Б-8, Ж-27, У-3, Na-1119, K-6, Ca-12, Mg-1, P-6	.053/5	Бифитекс Школьный	52-38
ЭЦ-76, У-20, K-1	.200	Напиток из шиповника	12-03
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-734, Б-15, Ж-34, У-67, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-2751, K-953, Ca-82, Mg-46, P-148, Fe-2			100

5-11 класс

ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2752, K-141, Ca-49, Mg-18, P-75, Fe-2	.200/20	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	27-17
ЭЦ-302, Б-14, Ж-23, У-10, Вит.РР-5, Na-92, K-137, Ca-13, Mg-13, P-116, Fe-1	.075/6	Котлета из филе цыпленка бр. с маслом	58-02
ЭЦ-76, У-20, K-1	.200	Напиток из шиповника	12-03
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт./38гр.	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-868, Б-28, Ж-30, У-120, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-3025, K-313, Ca-69, Mg-36, P-215, Fe-3			116

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	Каша рисовая с маслом	21-27
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-48
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.050/1шт	Печенье "Саморканское"	11-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, Na-828, K-436, Ca-35, Mg-25, P-88, Fe-1	.200/10/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	27-97
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, K-912, Ca-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	33-35
ЭЦ-386, Б-8, Ж-27, У-3, Na-1119, K-6, Ca-12, Mg-1, P-6	.053/5	Бифитекс Школьный	52-38
ЭЦ-76, У-20, K-1	.200	Напиток из шиповника	12-03
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1527, Б-38, Ж-61, У-179, Вит.А-1, Вит.С-47, Вит.РР-5, Na-4286, K-1773, Ca-342, Mg-129, P-554, Fe-6			184

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, K-242, Ca-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/10	Каша рисовая с маслом	30
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-48
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.050/1шт	Печенье "Саморканское"	11-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, K-545, Ca-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	31-24
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2752, K-141, Ca-49, Mg-18, P-75, Fe-2	.200/20	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	27-17
ЭЦ-302, Б-14, Ж-23, У-10, Вит.РР-5, Na-92, K-137, Ca-13, Mg-13, P-116, Fe-1	.075/6	Котлета из филе цыпленка бр. с маслом	58-02
ЭЦ-76, У-20, K-1	.200	Напиток из шиповника	12-03
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт./38гр.	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-1775, Б-54, Ж-63, У-246, Вит.А-1, Вит.С-22, Вит.РР-9, Na-4877, K-1291, Ca-369, Mg-135, P-683, Fe-7			212

Руководитель

Зав. производством

