

16 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-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, Na-463, К-243, Са-127, Mg-22, P-284, Fe-3	.177/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	50-09
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	20-68
ЭЦ-1407, Б-57, Ж-48, У-181, Вит.А-1, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-4, Na-2579, К-493, Са-1424, Mg-111, P-966, Fe-5	.31,25/20/10	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	29-23
ЭЦ-1763, Б-76, Ж-72, У-198, Вит.А-1, Вит.В2-2, Вит.С-4, Вит.РР-4, Na-3067, К-809, Са-1611, Mg-140, P-1295, Fe-8			100

5-11 класс

ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	22-24
ЭЦ-507, Б-11, Ж-31, У-21, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3282, К-85, Са-42, Mg-10, P-33, Fe-1	.095/50	Котлета мясная с соусом	65-07
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.050/1шт	Печенье Сладыч	22-41
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-1084, Б-28, Ж-39, У-127, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-4164, К-471, Са-79, Mg-191, P-323, Fe-8			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-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-48
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-119, Б-4, У-24	1шт/038гр.	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-122, Б-4, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-490, К-396, Са-20, Mg-21, P-65, Fe-1	.200/25/10	Суп картоф.с макаронными изд.,цыпл. со сметаной	29-78
ЭЦ-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, Na-463, К-243, Са-127, Mg-22, P-284, Fe-3	.177/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	50-09
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	20-68
ЭЦ-1407, Б-57, Ж-48, У-181, Вит.А-1, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-4, Na-2579, К-493, Са-1424, Mg-111, P-966, Fe-5	.31,25/20/10	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	29-23
ЭЦ-2513, Б-98, Ж-92, У-317, Вит.А-2, Вит.В2-2, Вит.С-20, Вит.РР-6, Na-4234, К-1578, Са-1905, Mg-200, P-1587, Fe-10			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	.250/14	Каша ячневая с маслом	34-73
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-48
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-119, Б-4, У-24	1шт/038гр.	Вафли Боярушка	16-54
ЭЦ-152, Б-5, Ж-5, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-613, К-495, Са-25, Mg-26, P-81, Fe-1	.250/25/15	Суп картоф.с макаронными изд.,цыпл. со сметаной	34-01
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	22-24
ЭЦ-507, Б-11, Ж-31, У-21, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3282, К-85, Са-42, Mg-10, P-33, Fe-1	.095/50	Котлета мясная с соусом	65-07
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.050/1шт	Печенье Сладыч	22-41
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-1948, Б-53, Ж-64, У-261, Вит.А-2, Вит.С-24, Вит.РР-4, Na-5571, К-1400, Са-428, Mg-262, P-669, Fe-10			212

Руководитель

Зав.производством