

23 Января 2023 г.

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-9, Б-1, У-1, Вит.С-3, Na-69, K-98, Ca-16, Mg-10, P-17	.038	Нарезка из огурцов конс.	16
ЭЦ-1000, Б-18, Ж-58, У-64, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-27, K-243, Ca-45, Mg-67, P-167, Fe-1	.060/200	Плов по - узбекски	83-80
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-1152, Б-22, Ж-58, У-98, Вит.А-6, Вит.С-8, Вит.РР-2, Na-278, K-400, Ca-73, Mg-86, P-216, Fe-2			106

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	.200/30	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	33-46
ЭЦ-279, Б-16, Ж-21, У-8, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-201, K-70, Ca-14, Mg-6, P-32	.070/5	Зразы -Верх-Исетские- с маслом сливочным	62-76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
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	21-74
ЭЦ-788, Б-31, Ж-34, У-90, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-3318, K-296, Ca-276, Mg-44, P-249, Fe-4			122

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-328, Б-10, Ж-11, У-47, Вит.С-2, Na-469, K-238, Ca-200, Mg-23, P-148	.200/9	Каша пшеничная с маслом	29-93
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	18-38
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-585, K-277, Ca-43, Mg-20, P-65, Fe-1	.200/25/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	27-61
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-9, Б-1, У-1, Вит.С-3, Na-69, K-98, Ca-16, Mg-10, P-17	.038	Нарезка из огурцов конс.	16
ЭЦ-1000, Б-18, Ж-58, У-64, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-27, K-243, Ca-45, Mg-67, P-167, Fe-1	.060/200	Плов по - узбекски	83-80
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-1956, Б-44, Ж-94, У-196, Вит.А-7, Вит.С-35, Вит.РР-4, Na-1564, K-1097, Ca-445, Mg-148, P-546, Fe-3			195

ОВЗ5-11 класс

ЭЦ-410, Б-13, Ж-14, У-59, Вит.С-3, Na-586, K-298, Ca-249, Mg-29, P-185	.250/10	Каша пшеничная с маслом	36-08
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	18-38
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-732, K-346, Ca-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/25/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	34-46
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
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	.200/30	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	33-46
ЭЦ-279, Б-16, Ж-21, У-8, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-201, K-70, Ca-14, Mg-6, P-32	.070/5	Зразы -Верх-Исетские- с маслом сливочным	62-76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
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	21-74
ЭЦ-1707, Б-57, Ж-76, У-202, Вит.А-1, Вит.С-39, Вит.РР-5, Na-4868, K-1122, Ca-707, Mg-117, P-633, Fe-5			224

Руководитель

Зав.производством