27 Января 2023 г.

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/24	Запеканка творожная с мол. сгущеным	99-58
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-666, Б-26, Ж-34, У-64, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-262, К-280, Са-266, Mg-48, P-382, Fe-2			106

5-11 класс

ЭЦ-790, Б-18, Ж-46, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-3, Na-62, К-1315, Са-32, Mg-58, P-142, Fe-2	.060/200	Жаркое по-домашнему	78-43
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	16-08
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Обыкновенное чудо"	25-11
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1105, Б-25, Ж-46, У-108, Вит.С-52, Вит.РР-3, Na-249, К-1419, Са-48, Mg-68, P-173, Fe-3			122

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	30-59
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	8-80
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-76
ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-85, К-343, Са-32, Mg-22, P-74, Fe-1	.200/15/10	Суп из овощей с филе цыплен. сметан	28-31
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/24	Запеканка творожная с мол. сгущеным	99-58
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1491, Б-52, Ж-57, У-192, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-22, Вит.РР-5, Na-1153, К-1123, Са-510, Mg-205, P-795, Fe-8			195

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-383, Б-11, Ж-14, У-52, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-418, Са-165, Mg-142, P-299, Fe-4	.250/12	Каша гречневая с маслом сливочным	37-70
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	8-80
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Обыкновенное чудо"	16-54
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-76
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/15/15	Суп из овощей с филе цыплен. сметан	34-20
ЭЦ-790, Б-18, Ж-46, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-3, Na-62, К-1315, Са-32, Mg-58, P-142, Fe-2	.060/200	Жаркое по-домашнему	78-43
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	16-08
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	25-11
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-2043, Б-54, Ж-75, У-248, Вит.А-1, Вит.С-79, Вит.РР-7, Na-1266, К-2430, Са-333, Mg-259, P-665, Fe-10			224

Руководитель _____

Зав.производством _____