

30 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-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, K-255, Ca-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	27-62
ЭЦ-234, Б-13, Ж-18, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-224, K-185, Ca-39, Mg-17, P-129, Fe-1	.085/50	Фрикадельки из курицы с соусом	57-39
ЭЦ-91, У-24, К-1	.200	Компот из винограда	18-83
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-744, Б-24, Ж-33, У-90, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-1546, K-475, Ca-72, Mg-156, P-354, Fe-6			106

5-11 класс

ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, K-97, Ca-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/25	Рис припущенный с овощам, зеленым горошком	29-91
ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5182, K-133, Ca-67, Mg-16, P-52, Fe-1	.100/5	Котлета мясная с маслом	61-84
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром № 685	4-04
ЭЦ-141, Б-6, Ж-5, У-18, Na-258, K-49, Ca-142, Mg-11, P-97	.031,25/25	Бутерброд с сыром № 3	26-21
ЭЦ-942, Б-37, Ж-39, У-112, Вит.А-2, Вит.С-7, Вит.РР-5, Na-6135, K-304, Ca-233, Mg-67, P-264, Fe-3			122

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-91
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-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, K-34, Ca-7, Mg-4, P-24	.031,25/12	Бутерброд с маслом сливочным	14-81
	.1шт./30гр.	Пирожное "Чоко пай"	14-28
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-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, K-248, Ca-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	21-92
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, K-255, Ca-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	27-62
ЭЦ-234, Б-13, Ж-18, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-224, K-185, Ca-39, Mg-17, P-129, Fe-1	.085/50	Фрикадельки из курицы с соусом	57-39
ЭЦ-91, У-24, К-1	.200	Компот из винограда №631	18-83
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-1545, Б-48, Ж-65, У-197, Вит.А-1, Вит.С-28, Вит.РР-7, Na-2935, K-1083, Ca-369, Mg-210, P-624, Fe-7			195

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, K-182, Ca-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	31-14
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-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, K-34, Ca-7, Mg-4, P-24	.031,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	18-01
	.1шт./30гр.	Пирожное "Чоко пай"	14-28
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-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, K-310, Ca-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/15	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	25-49
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, K-97, Ca-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/25	Рис припущенный с овощам, зеленым горошком	29-91
ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5182, K-133, Ca-67, Mg-16, P-52, Fe-1	.100/5	Котлета мясная с маслом	61-84
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-141, Б-6, Ж-5, У-18, Na-258, K-49, Ca-142, Mg-11, P-97	.031,25/25	Бутерброд с сыром	26-21
ЭЦ-1857, Б-64, Ж-76, У-232, Вит.А-3, Вит.С-40, Вит.РР-6, Na-7777, K-1010, Ca-571, Mg-129, P-567, Fe-4			224

Руководитель

Зав. производством

