

02 Февраля 2023 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-277, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, На-460, К-242, Са-126, Мг-21, Р-283, Fe-3	.176/5	<i>Омлет натуральный с маслом сливочным</i>	55-99
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, На-25, К-73, Са-60, Мг-7, Р-45	.200	<i>Кофе на молоке</i>	20-99
ЭЦ-136, Б-6, Ж-5, У-18, На-250, К-48, Са-138, Мг-11, Р-94	.030/18/10	<i>Бутерброд с сыром, маслом сливочным</i>	29-02
ЭЦ-490, Б-25, Ж-29, У-35, Вит.В2-1, Вит.С-2, На-735, К-363, Са-324, Мг-39, Р-422, Fe-3			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, На-1612, К-1013, Са-70, Мг-44, Р-131, Fe-2	.200/20	<i>Картофельное пюре, огурец консервиров</i>	36-95
ЭЦ-300, Б-19, Ж-23, У-5, Вит.РР-7, На-100, К-199, Са-52, Мг-22, Р-192, Fe-2	0.085/5	<i>Суфле из филе птицы</i>	58-11
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	6-22
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, На-44, К-86, Са-18, Мг-11, Р-67, Fe-1	.100	<i>Крендель в сахаре</i>	18-34
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-1101, Б-33, Ж-46, У-137, Вит.С-34, Вит.РР-10, На-1938, К-1357, Са-152, Мг-86, Р-422, Fe-6			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, На-470, К-241, Са-202, Мг-23, Р-150	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом</i>	29-55
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Мг-14, Р-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-19
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1шт./30гр.	<i>Пирожное Чоко пай</i>	14-28
ЭЦ-122, Б-4, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, На-490, К-396, Са-20, Мг-21, Р-65, Fe-1	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-277, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, На-460, К-242, Са-126, Мг-21, Р-283, Fe-3	.200/20/10	<i>Суп картоф.с макаронными изд.,цыпл. со сметаной</i>	25-60
ЭЦ-277, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, На-460, К-242, Са-126, Мг-21, Р-283, Fe-3	.176/5	<i>Омлет натуральный с маслом сливочным</i>	55-99
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, На-25, К-73, Са-60, Мг-7, Р-45	.200	<i>Кофе на молоке</i>	20-99
ЭЦ-136, Б-6, Ж-5, У-18, На-250, К-48, Са-138, Мг-11, Р-94	.030/18/10	<i>Бутерброд с сыром, маслом сливочным</i>	29-02
ЭЦ-1184, Б-44, Ж-52, У-138, Вит.А-1, Вит.В2-1, Вит.С-18, Вит.РР-2, На-1926, К-1181, Са-673, Мг-102, Р-751, Fe-4			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, На-587, К-302, Са-252, Мг-29, Р-188	.250/12	<i>Каша ячневая с маслом</i>	36-14
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Мг-14, Р-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-19
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Мг-10, Р-47, Fe-1	.1шт./30гр.	<i>Пирожное Чоко пай</i>	14-28
ЭЦ-152, Б-5, Ж-5, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-613, К-495, Са-25, Мг-26, Р-81, Fe-1	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный 2 кус.</i>	4-76
ЭЦ-152, Б-5, Ж-5, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-613, К-495, Са-25, Мг-26, Р-81, Fe-1	.250/20/15	<i>Суп картоф.с макаронными изд.,цыпл. со сметаной</i>	29-63
ЭЦ-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, На-1612, К-1013, Са-70, Мг-44, Р-131, Fe-2	.200/20	<i>Картофельное пюре, огурец консервиров</i>	36-95
ЭЦ-300, Б-19, Ж-23, У-5, Вит.РР-7, На-100, К-199, Са-52, Мг-22, Р-192, Fe-2	0.085/5	<i>Суфле из филе птицы</i>	58-11
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	6-22
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, На-44, К-86, Са-18, Мг-11, Р-67, Fe-1	.100	<i>Крендель в сахаре</i>	18-34
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-1995, Б-58, Ж-75, У-272, Вит.А-1, Вит.С-55, Вит.РР-13, На-3550, К-2368, Са-564, Мг-165, Р-828, Fe-8			224

Руководитель

Зав.производством