

20 Февраля 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-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Ca-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	27-62
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, К-109, Ca-44, Mg-10, P-57, Fe-1	.090/50	Зразы рубленые с соусом	64-19
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	12-03
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-797, Б-27, Ж-35, У-94, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-2392, К-399, Ca-77, Mg-149, P-282, 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, К-97, Ca-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/20	Рис припущенный с овощами с огури.конс.	26-21
ЭЦ-319, Б-18, Ж-23, У-9, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-229, К-80, Ca-16, Mg-7, P-36, Fe-1	.080/5	Зразы -Верх-Исетские- с маслом сливочным	70-76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-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, К-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	20-99
ЭЦ-823, Б-31, Ж-37, У-90, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-1288, К-262, Ca-248, Mg-63, P-285, Fe-4			122

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-91
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-19
ЭЦ-243, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-253, К-84, Ca-16, Mg-10, P-64, Fe-1	0.100	Булочка Сладостена	20-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный 2 кус.	4-32
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, К-266, Ca-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	22-42
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Ca-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	27-62
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, К-109, Ca-44, Mg-10, P-57, Fe-1	.090/50	Зразы рубленые с соусом	64-19
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	12-03
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-1844, Б-57, Ж-67, У-255, Вит.А-1, Вит.С-15, Вит.РР-6, Na-3976, К-1109, Ca-373, Mg-211, P-613, Fe-9			195

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Ca-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	30-48
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-19
ЭЦ-243, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-253, К-84, Ca-16, Mg-10, P-64, Fe-1	0.100	Булочка Сладостена	20-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный 2 кус.	4-32
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-332, Ca-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	29-85
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Ca-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/20	Рис припущенный с овощами с огури.конс.	26-21
ЭЦ-319, Б-18, Ж-23, У-9, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-229, К-80, Ca-16, Mg-7, P-36, Fe-1	.080/5	Зразы -Верх-Исетские- с маслом сливочным	70-76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-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, К-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	20-99
ЭЦ-1990, Б-65, Ж-74, У-267, Вит.А-2, Вит.С-20, Вит.РР-7, Na-3101, К-1074, Ca-581, Mg-133, P-648, Fe-7			224

Руководитель

Зав. производством


