

27 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-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	17-94
ЭЦ-366, Б-17, Ж-23, У-24, Вит.А-1, Вит.С-8, Вит.РР-3, Na-3436, К-183, Са-59, Mg-19, P-66, Fe-1	.115/50	Тефтели с соусом	75-66
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-766, Б-25, Ж-31, У-98, Вит.А-2, Вит.С-38, Вит.РР-8, Na-4311, К-314, Са-85, Mg-60, P-197, Fe-2			106

5-11 класс

ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/22	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	32-45
ЭЦ-528, Б-12, Ж-32, У-23, Вит.А-1, Вит.С-4, Na-3408, К-110, Са-46, Mg-13, P-38, Fe-1	.095/50	Котлета мясная с соусом	66-81
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/38гр	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-1190, Б-29, Ж-50, У-130, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-4959, К-475, Са-89, Mg-182, P-311, Fe-7			122

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-31
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-19
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	18-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	27-96
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	17-94
ЭЦ-366, Б-17, Ж-23, У-24, Вит.А-1, Вит.С-8, Вит.РР-3, Na-3436, К-183, Са-59, Mg-19, P-66, Fe-1	.115/50	Тефтели с соусом	75-66
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-1600, Б-47, Ж-67, У-205, Вит.А-3, Вит.С-49, Вит.РР-9, Na-5461, К-907, Са-359, Mg-107, P-443, Fe-3			195

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/12	Каша ячневая с маслом сливочным	28-61
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-19
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	18-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	35-66
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/22	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	32-45
ЭЦ-528, Б-12, Ж-32, У-23, Вит.А-1, Вит.С-4, Na-3408, К-110, Са-46, Mg-13, P-38, Fe-1	.095/50	Котлета мясная с соусом	66-81
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт./38гр	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-2139, Б-55, Ж-91, У-252, Вит.А-2, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-6339, К-1170, Са-399, Mg-237, P-589, Fe-8			224

Руководитель

Зав.производством