

17 Апреля 2023 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость ь питания
1-4 класс			
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-55, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	85-82
ЭЦ-150, Б-6, Ж-14, Na-290, К-59, Са-5, Mg-4, P-36	.035	Лечо	7-78
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-1223, Б-26, Ж-68, У-92, Вит.А-7, Вит.С-34,			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	.180/35	Каша гречневая рассыпчатая с лечо	31-01
ЭЦ-303, Б-14, Ж-19, У-20, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2838, К-151, Са-49, Mg-15, P-54, Fe-1	.095/50	Тефтели с соусом	62-55
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
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-881, Б-27, Ж-37, У-111, Вит.А-13001, Вит.С-			122
ОВ31-4 класс			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшениная с маслом сливочным	24-91
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	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-169, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/25/10	Суп карт. с горохом, тушенкой,	34-47
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-55, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	85-82
ЭЦ-150, Б-6, Ж-14, Na-290, К-59, Са-5, Mg-4, P-36	.035	Лечо	7-78
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-2067, Б-54, Ж-95, У-216, Вит.А-8, Вит.С-45,			195
ОВ3 5-11 класс			
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/12	Каша пшениная с маслом сливочным	30-61
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
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 народный 2 кус.	4-32
ЭЦ-236, Б-10, Ж-13, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-802, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/25/15	Суп карт. с горохом, тушенкой,	39-61
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/35	Каша гречневая рассыпчатая с лечо	31-01
ЭЦ-303, Б-14, Ж-19, У-20, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2838, К-151, Са-49, Mg-15, P-54, Fe-1	.095/50	Тефтели с соусом	62-55
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
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-1940, Б-62, Ж-71, У-268, Вит.А-13002,			224

Руководитель

Зав. производством

