

02 Мая 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-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-94, К-530, Са-50, Mg-81, P-296, Fe-2	.060/150	Плов по - узбекски	78-59
ЭЦ-7, У-1, Вит.С-3, Na-55, К-77, Са-13, Mg-8, P-13	.030	Нарезка из огурцов конс.	12-41
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
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 витаминный	4-76
ЭЦ-761, Б-29, Ж-30, У-94, Вит.А-5, Вит.С-36, Вит.РР-11, Na-511, К-674, Са-78, Mg-99, P-356, Fe-3			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.	32-28
ЭЦ-319, Б-15, Ж-20, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-2988, К-159, Са-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	Тефтели с соусом	66-76
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	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-981, Б-32, Ж-38, У-128, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-3, Na-4539, К-524, Са-94, Mg-185, P-330, 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	23-66
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	16-31
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный завтрак"	12
ЭЦ-105, Б-2, Ж-7, У-9, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-970, К-325, Са-32, Mg-20, P-49, Fe-1	.200/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	37-03
ЭЦ-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-94, К-530, Са-50, Mg-81, P-296, Fe-2	.060/150	Плов по - узбекски	78-59
ЭЦ-7, У-1, Вит.С-3, Na-55, К-77, Са-13, Mg-8, P-13	.030	Нарезка из огурцов конс.	12-41
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
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 витаминный 2 кус.	4-76
ЭЦ-1326, Б-43, Ж-49, У-177, Вит.А-6, Вит.С-52, Вит.РР-12, Na-1943, К-1217, Са-293, Mg-140, P-541, Fe-4			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-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	16-31
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный завтрак"	12
ЭЦ-131, Б-2, Ж-8, У-12, Вит.А-2, Вит.С-18, Вит.РР-1, Na-1212, К-407, Са-40, Mg-26, P-61, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	42-70
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.	32-28
ЭЦ-319, Б-15, Ж-20, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-2988, К-159, Са-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	Тефтели с соусом	66-76
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	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1729, Б-51, Ж-61, У-242, Вит.А-3, Вит.С-28, Вит.РР-4, Na-6503, К-1219, Са-355, Mg-241, P-574, Fe-8			224

Руководитель

Зав.производством