

11 Октября 2023 г.

**Меню Школа № 10**

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b><u>1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-499, Б-22, Ж-32, У-29, Вит.А-7, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-76, К-211, Са-242, Mg-37, P-334, Fe-1	.143/50	<b>Запеканка творожная с повидлом</b>	93-97
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<b>Чай с молоком</b>	8-80
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<b>Булка формовая</b>	3-23
ЭЦ-733, Б-28, Ж-35, У-75, Вит.А-7, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-338, К-363, Са-317, Mg-55, P-424, Fe-3			<b>106</b>
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/15	<b>Суп рыбный с картоф. и крупой</b>	20-59
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/40	<b>Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой</b>	26-02
ЭЦ-437, Б-27, Ж-30, У-16, Вит.РР-10, Na-179, К-302, Са-52, Mg-29, P-247, Fe-2	.095	<b>Котлета из филе цыпленка бр.</b>	68-11
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<b>Булка формовая</b>	3-24
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	4-04
ЭЦ-1117, Б-47, Ж-49, У-120, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-13, Na-3850, К-927, Са-128, Mg-77, P-415, Fe-6			<b>122</b>
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/13	<b>Каша манная с маслом</b>	27-30
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	10-92
ЭЦ-267, Б-7, Ж-7, У-43, Вит.РР-1, Na-278, К-92, Са-18, Mg-11, P-70, Fe-1	0.110	<b>Булочка Сладлена</b>	22-08
ЭЦ-178, Б-8, Ж-10, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/30	<b>Суп рыбный с картоф. и крупой</b>	28-70
ЭЦ-499, Б-22, Ж-32, У-29, Вит.А-7, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-76, К-211, Са-242, Mg-37, P-334, Fe-1	.143/50	<b>Запеканка творожная с повидлом</b>	93-97
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<b>Чай с молоком</b>	8-80
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<b>Булка формовая</b>	3-23
ЭЦ-1600, Б-54, Ж-68, У-193, Вит.А-8, Вит.С-17, Вит.РР-5, Na-1899, К-1179, Са-607, Mg-122, P-764, Fe-6			<b>195</b>
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-254, Са-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/15	<b>Каша манная с маслом</b>	32-77
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	10-92
ЭЦ-263, Б-7, Ж-7, У-43, Вит.РР-1, Na-285, К-92, Са-18, Mg-11, P-70, Fe-1	.110	<b>Ватрушка с творогом</b>	32-03
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	<b>Сок Фруктовый Икор</b>	26-28
ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/15	<b>Суп рыбный с картоф. и крупой</b>	20-59
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/40	<b>Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой</b>	26-02
ЭЦ-437, Б-27, Ж-30, У-16, Вит.РР-10, Na-179, К-302, Са-52, Mg-29, P-247, Fe-2	.095	<b>Котлета из филе цыпленка бр.</b>	68-11
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<b>Булка формовая</b>	3-24
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	4-04
ЭЦ-1969, Б-67, Ж-75, У-257, Вит.А-13001, Вит.С-60, Вит.РР-17, Na-4753, К-2159, Са-631, Mg-230, P-916, Fe-10			<b>224</b>
<b><u>50 родительская плата</u></b>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/8	<b>Каша манная с маслом</b>	22-37
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	10-92
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1	.050/15	<b>Бутерброд с сыром</b>	16-71
ЭЦ-642, Б-20, Ж-23, У-90, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-888, К-426, Са-462, Mg-53, P-364, Fe-2			<b>50</b>

Руководитель

Зав. производством

