

14 Ноября 2023 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-300, Б-17, Ж-17, У-21, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-3351, К-86, Са-43, Mg-10, P-34, Fe-1	.097/50	<i>Шницель мясной с соусом</i>	75-19
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	<i>Картофельное пюре</i>	13-70
ЭЦ-67, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	<i>Капуста тушеная</i>	10-69
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-614, Б-24, Ж-23, У-78, Вит.А-1, Вит.С-73, Вит.РР-4, Na-4355, К-894, Са-148, Mg-62, P-173, Fe-4			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	<i>Суп из овощей с мясом, сметаной</i>	29-53
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	23-22
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, К-121, Са-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/50	<i>Зразы рубленые с соусом</i>	62-83
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-987, Б-38, Ж-41, У-115, Вит.А-1, Вит.С-29, Вит.РР-6, Na-2138, К-900, Са-123, Mg-216, P-416, Fe-9			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	23-31
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-93
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	19-95
ЭЦ-139, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-1, Na-54, К-314, Са-29, Mg-19, P-50, Fe-1	.200/10/10	<i>Суп из овощей с мясом, сметаной</i>	27-81
ЭЦ-300, Б-17, Ж-17, У-21, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-3351, К-86, Са-43, Mg-10, P-34, Fe-1	.097/50	<i>Шницель мясной с соусом</i>	75-19
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	<i>Картофельное пюре</i>	13-70
ЭЦ-67, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	<i>Капуста тушеная</i>	10-69
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-1321, Б-44, Ж-51, У-171, Вит.А-2, Вит.С-94, Вит.РР-5, Na-5144, К-1548, Са-550, Mg-119, P-494, Fe-5			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/14	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	31-08
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-93
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	19-95
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	<i>Сок Фруктовый 1кор</i>	26-28
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/15/10	<i>Суп из овощей с мясом, сметаной</i>	36-29
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	23-22
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, К-121, Са-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/50	<i>Зразы рубленые с соусом</i>	62-83
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-1718, Б-55, Ж-63, У-231, Вит.А-13001, Вит.С-72, Вит.РР-8, Na-3002, К-2016, Са-727, Mg-358, P-890, Fe-11			224
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-93
ЭЦ-414, Б-4, Ж-27, У-43, Na-48, К-53, Са-26, Mg-5, P-41, Fe-1	.080	<i>Пирожное Черемушка</i>	32-07
ЭЦ-563, Б-7, Ж-32, У-68, Вит.С-1, Na-98, К-200, Са-146, Mg-19, P-131, Fe-1			50

Руководитель

Зав.производством

