

17 Ноября 2023 г.

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

1-4 класс

ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-760, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150/20	Картофельное пюре с икрой кабачковой "Веган"	28-10
ЭЦ-252, Б-12, Ж-18, У-10, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, Na-361, К-180, Са-52, Mg-20, P-136, Fe-1	0.080/50	Суфле из филе птицы с соусм	65-28
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 витаминный	2-38
ЭЦ-527, Б-18, Ж-24, У-59, Вит.А-1, Вит.С-57, Вит.РР-11, Na-1751, К-974, Са-112, Mg-58, P-259, Fe-2			106

5-11 класс

ЭЦ-127, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10	Борщ из св. капусты со сметаной	14-59
ЭЦ-308, Б-15, Ж-22, У-12, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-6, Na-442, К-221, Са-64, Mg-25, P-167, Fe-2	0.098/50	Суфле из филе птицы с соусм	80-44
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-99
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	6-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-837, Б-27, Ж-35, У-103, Вит.А-2, Вит.С-24, Вит.РР-8, Na-4056, К-715, Са-166, Mg-70, P-318, Fe-5			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	23-28
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/24	Бутерброд с сыром	24-33
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/15/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	32-59
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-760, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150/20	Картофельное пюре с икрой кабачковой "Веган"	28-10
ЭЦ-252, Б-12, Ж-18, У-10, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, Na-361, К-180, Са-52, Mg-20, P-136, Fe-1	0.080/50	Суфле из филе птицы с соусм	65-28
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 витаминный	2-38
ЭЦ-1134, Б-34, Ж-46, У-145, Вит.А-2, Вит.С-76, Вит.РР-12, Na-3254, К-1550, Са-473, Mg-113, P-540, Fe-4			195

ОВЗ 5-11 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	23-28
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/24	Бутерброд с сыром	24-33
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/15/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	34-65
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	23-89
ЭЦ-315, Б-15, Ж-23, У-12, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-6, Na-451, К-226, Са-65, Mg-25, P-170, Fe-2	0.100/50	Суфле из филе птицы с соусм	82-08
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-99
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	6-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1450, Б-45, Ж-56, У-192, Вит.А-2, Вит.С-26, Вит.РР-8, Na-4776, К-1011, Са-485, Mg-105, P-555, Fe-6			224

родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/8	Каша ячневая с маслом сливочным	21-25
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	Бутерброд с сыром	19-95
ЭЦ-505, Б-14, Ж-16, У-75, Вит.С-2, Na-711, К-291, Са-318, Mg-35, P-234, Fe-1			50

Руководитель

Зав. производством