

22 Ноября 2023 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость б питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	<i>Тефтели с соусом</i>	72-15
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	<i>Картофельное пюре</i>	20-55
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-92
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-650, Б-24, Ж-28, У-79, Вит.А-1, Вит.С-33, Вит.РР-4, Na-4129, К-1087, Са-226, Mg-67, P-264, Fe-2			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/10	<i>Суп карт. с горохом, сметаной</i>	13-51
ЭЦ-306, Б-14, Ж-19, У-20, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-2868, К-153, Са-49, Mg-16, P-55, Fe-1	.096/50	<i>Тефтели с соусом</i>	76-67
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/20	<i>Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой "Веган"</i>	25-40
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-918, Б-32, Ж-36, У-119, Вит.А-2, Вит.С-19, Вит.РР-5, Na-6106, К-657, Са-128, Mg-57, P-225, Fe-4			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/15	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	28-74
ЭЦ-86, Б-10, Ж-4, У-19, Вит.В2-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-42, К-1115, Са-268, Mg-192, P-391, Fe-35	.200	<i>Чай с молоком</i>	10-39
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	18-38
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/15/10	<i>Суп карт. с горохом, мясом, сметаной</i>	31-49
ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	<i>Тефтели с соусом</i>	72-15
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	<i>Картофельное пюре</i>	20-55
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-92
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-1381, Б-52, Ж-66, У-166, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-48, Вит.РР-8, Na-5090, К-2615, Са-641, Mg-287, P-787, Fe-38			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	<i>Йогурт фруктовый</i>	23-89
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/12	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	29-43
ЭЦ-86, Б-10, Ж-4, У-19, Вит.В2-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-42, К-1115, Са-268, Mg-192, P-391, Fe-35	.200	<i>Чай с молоком</i>	10-39
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	18-38
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/15/10	<i>Суп карт. с горохом, мясом, сметаной</i>	33-42
ЭЦ-306, Б-14, Ж-19, У-20, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-2868, К-153, Са-49, Mg-16, P-55, Fe-1	.096/50	<i>Тефтели с соусом</i>	76-67
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/20	<i>Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой "Веган"</i>	25-40
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-1658, Б-59, Ж-72, У-213, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-26, Вит.РР-7, Na-6682, К-1919, Са-548, Mg-264, P-701, Fe-39			224
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/8	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	21-12
ЭЦ-86, Б-10, Ж-4, У-19, Вит.В2-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-42, К-1115, Са-268, Mg-192, P-391, Fe-35	.200	<i>Чай с молоком</i>	10-39
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	<i>Манник</i>	18-49
ЭЦ-762, Б-26, Ж-27, У-122, Вит.В2-1, Вит.С-6, Вит.РР-4, Na-513, К-1371, Са-437, Mg-218, P-562, Fe-36			50

Руководитель

Зав.производством