

30 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-481, Б-11, Ж-29, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3109, К-80, Са-40, Mg-10, P-31, Fe-1 | .090/50 | Котлета мясная с соусом | 74-89 |
| 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 | Картофельное пюре | 13-64 |
| 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 | Капуста тушеная | 11-05 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-04 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-736, Б-16, Ж-35, У-64, Вит.А-1, Вит.С-73, Вит.РР-2, Na-3932, К-854, Са-138, Mg-57, P-146, Fe-4 | | | 106 |
| <u>5-11 класс</u> | | | |
| ЭЦ-153, Б-2, Ж-8, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1010, К-488, Са-34, Mg-27, P-69, Fe-1 | .250/10 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 20-77 |
| ЭЦ-432, Б-24, Ж-24, У-30, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-4819, К-124, Са-62, Mg-15, P-49, Fe-1 | .093/50 | Биточки мясные с соусом | 76-82 |
| 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 | Чай с сахаром | 4-04 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-928, Б-34, Ж-38, У-112, Вит.А-2, Вит.С-22, Вит.РР-5, Na-8271, К-716, Са-137, Mg-57, P-187, Fe-4 | | | 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 | Каша ячневая с маслом сливочным | 23-31 |
| 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-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3 | .31,25/15 | Бутерброд с маслом сливочным | 18-38 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, Na-828, К-436, Са-35, Mg-25, P-88, Fe-1 | .200/25/10 | Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной | 36-13 |
| ЭЦ-481, Б-11, Ж-29, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3109, К-80, Са-40, Mg-10, P-31, Fe-1 | .090/50 | Котлета мясная с соусом | 74-89 |
| 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 | Картофельное пюре | 13-64 |
| 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 | Капуста тушеная | 11-05 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-04 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-1423, Б-31, Ж-67, У-147, Вит.А-2, Вит.С-89, Вит.РР-4, Na-5224, К-1535, Са-363, Mg-107, P-381, Fe-6 | | | 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 | .250/10 | Каша ячневая с маслом сливочным | 26-48 |
| 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-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3 | .31,25/15 | Бутерброд с маслом сливочным | 18-38 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14 | .125/шт | Йогурт фруктовый | 23-89 |
| ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, К-545, Са-43, Mg-32, P-110, Fe-1 | .250/25/10 | Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной | 39-77 |
| ЭЦ-450, Б-25, Ж-25, У-31, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5027, К-129, Са-65, Mg-16, P-51, Fe-1 | .097/50 | Биточки мясные с соусом | 79-89 |
| 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 | Чай с сахаром | 4-04 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-1689, Б-56, Ж-73, У-207, Вит.А-2, Вит.С-25, Вит.РР-7, Na-9077, К-1059, Са-370, Mg-92, P-400, Fe-5 | | | 224 |
| <u>родительская плата</u> | | | |
| ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91 | .200/6 | Каша ячневая с маслом сливочным | 19-35 |
| 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-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-332, К-102, Са-24, Mg-14, P-77, Fe-1 | .100 | Пирог Дружная семейка | 21-85 |
| ЭЦ-788, Б-48, Ж-19, У-106, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-795, К-345, Са-212, Mg-39, P-221, Fe-2 | | | 50 |

Руководитель

Зав. производством