

26 Января 2024 г.

Меню Школа № 10

Эн. пен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
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	12-79
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	13-06
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Са-33, Mg-3, P-13	.100	Шницель мясной	75-35
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-700, Б-15, Ж-36, У-53, Вит.С-71, Вит.РР-2, Na-3922, К-793, Са-131, Mg-50, P-128, Fe-3			112
<u>5-11 класс</u>			
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	Картофельное пюре	19-18
ЭЦ-84, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	16-32
ЭЦ-374, Б-24, Ж-28, У-6, Вит.РР-9, Na-125, К-248, Са-65, Mg-28, P-239, Fe-2	0.106	Суфле из филе птицы	62-01
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
ЭЦ-501, Б-6, Ж-22, У-71, Вит.РР-1, Na-115, К-111, Са-19, Mg-11, P-60, Fe-1	.100	Пирог Сказка	20-69
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-1199, Б-37, Ж-59, У-132, Вит.С-92, Вит.РР-13, Na-1471, К-1449, Са-214, Mg-102, P-458, Fe-6			129
<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	22-75
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-39
ЭЦ-132, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/16	Бутерброд с маслом сливочным	21
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/20	Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка	33-86
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	12-79
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	13-06
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Са-33, Mg-3, P-13	.100	Шницель мясной	75-35
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-1395, Б-30, Ж-68, У-141, Вит.А-1, Вит.С-86, Вит.РР-4, Na-4903, К-1491, Са-396, Mg-100, P-384, Fe-4			206
<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	.250/13	Каша ячневая с маслом сливочным	29-58
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-39
ЭЦ-132, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/20	Бутерброд с маслом сливочным	25-03
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/20	Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка	36
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	Картофельное пюре	19-18
ЭЦ-84, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	16-32
ЭЦ-374, Б-24, Ж-28, У-6, Вит.РР-9, Na-125, К-248, Са-65, Mg-28, P-239, Fe-2	0.106	Суфле из филе птицы	62-01
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
ЭЦ-501, Б-6, Ж-22, У-71, Вит.РР-1, Na-115, К-111, Са-19, Mg-11, P-60, Fe-1	.100	Пирог Сказка	20-69
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1998, Б-56, Ж-95, У-234, Вит.А-1, Вит.С-112, Вит.РР-15, Na-2684, К-2284, Са-516, Mg-161, P-754, Fe-7			236
<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	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	22-75
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	8-22
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	19-03
ЭЦ-508, Б-10, Ж-24, У-63, Вит.С-2, Na-464, К-245, Са-190, Mg-25, P-147, Fe-1			50

Руководитель