

30 Января 2024 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/10	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	92-46
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-66
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050/11	<i>Бутерброд (булка формовая) с маслом шоколадным</i>	15-88
ЭЦ-728, Б-27, Ж-35, У-75, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-317, К-300, Са-269, Mg-50, P-395, Fe-3			112
<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	<i>Рассольник Ленинградский со сметан</i>	19-82
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	<i>Макаронные изделия отварные</i>	17-22
ЭЦ-250, Б-20, Ж-19, Вит.РР-3, Na-394, Са-4, P-1	.060/50	<i>Бифитекс нат.руб. с соусом</i>	83-08
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-66
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	5-22
ЭЦ-773, Б-31, Ж-33, У-87, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-5, Na-3846, К-592, Са-79, Mg-42, P-139, Fe-3			129
<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	.200/8	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	21-51
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-22
ЭЦ-403, Б-6, Ж-18, У-55, Вит.РР-1, Na-34, К-91, Са-40, Mg-10, P-65, Fe-1	.100	<i>Пирог к чаю</i>	24-76
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	2-99
ЭЦ-159, Б-5, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-410, Са-32, Mg-23, P-66, Fe-1	.200/15/10	<i>Рассольник Ленингр. с мясом. сметан</i>	36-52
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/10	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	92-46
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-66
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050/11	<i>Бутерброд с маслом шоколадным</i>	15-88
ЭЦ-1853, Б-53, Ж-78, У-234, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-17, Вит.РР-5, Na-1869, К-1099, Са-539, Mg-115, P-707, Fe-7			206
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/11	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	25-04
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-22
ЭЦ-403, Б-6, Ж-18, У-55, Вит.РР-1, Na-34, К-91, Са-40, Mg-10, P-65, Fe-1	.100	<i>Пирог к чаю</i>	24-76
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	2-99
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</i>	26-28
ЭЦ-199, Б-7, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1023, К-512, Са-40, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/15/10	<i>Рассольник Ленингр. с мясом. сметан</i>	39-53
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	<i>Макаронные изделия отварные</i>	17-22
ЭЦ-250, Б-20, Ж-19, Вит.РР-3, Na-394, Са-4, P-1	.060/50	<i>Бифитекс нат.руб. с соусом</i>	83-08
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-66
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	5-22
ЭЦ-1877, Б-57, Ж-70, У-256, Вит.А-13001, Вит.С-59, Вит.РР-10, Na-4612, К-1745, Са-523, Mg-186, P-579, Fe-8			236
<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	.200/5	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	17-02
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-22
ЭЦ-403, Б-6, Ж-18, У-55, Вит.РР-1, Na-34, К-91, Са-40, Mg-10, P-65, Fe-1	.100	<i>Пирог к чаю</i>	24-76
ЭЦ-818, Б-17, Ж-33, У-116, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-497, К-335, Са-228, Mg-35, P-209, Fe-2			50

Руководитель

Зав.производством