

19 Апреля 2024 г.

Меню школа № 10 ОП

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

1-4 класс 112 руб.

ЭЦ-396, Б-20, Ж-20, У-33, Вит.С-44, Вит.РР-5, Na-55, K-1162, Са-28, Mg-51, P-125, Fe-2	.053/200	Жаркое по-домашнему	91-76
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	9-70
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	7-54
ЭЦ-764, Б-31, Ж-25, У-102, Вит.С-45, Вит.РР-6, Na-341, K-1362, Са-158, Mg-72, P-252, Fe-3			112

5-11 класс 129 руб.

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	24-21
ЭЦ-186, Б-10, Ж-10, У-13, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2073, K-53, Са-27, Mg-6, P-21	.060/50	Котлета мясная с соусом	62-39
ЭЦ-281, Б-5, Ж-6, У-50, Вит.РР-1, Na-1557, K-71, Са-21, Mg-36, P-108, Fe-1	.200	Рис припущенный	18-85
ЭЦ-47, Б-1, Ж-4, У-2, Вит.А-290, Вит.С-2, Na-192, K-96, Са-14, Mg-5, P-10	.030	Закуска по Барселона	17-54
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1кг/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-765, Б-25, Ж-26, У-105, Вит.А-290, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-4187, K-305, Са-275, Mg-67, P-281, Fe-3			129

ОВЗ 1-4 класс 206 руб.

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	24-43
ЭЦ-328, Б-10, Ж-11, У-47, Вит.С-2, Na-469, K-238, Са-200, Mg-23, P-148	.200/10	Каша пшениная с маслом	30-58
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-51
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/38 гр.	Вафли "Боярушка"	14-06
ЭЦ-700, Б-24, Ж-19, У-107, Вит.С-3, Na-859, K-396, Са-473, Mg-50, P-335, Fe-2			

ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, K-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/10	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	18-42
ЭЦ-396, Б-20, Ж-20, У-33, Вит.С-44, Вит.РР-5, Na-55, K-1162, Са-28, Mg-51, P-125, Fe-2	.253	Жаркое по-домашнему	91-76
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	9-70
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	7-54
ЭЦ-928, Б-37, Ж-31, У-123, Вит.А-1, Вит.С-62, Вит.РР-8, Na-957, K-1867, Са-184, Mg-99, P-341, Fe-4			206

ОВЗ 5-11 класс 236 руб.

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/14	Бутерброд с маслом сливочным	18-31
ЭЦ-410, Б-13, Ж-14, У-59, Вит.С-3, Na-586, K-298, Са-249, Mg-29, P-185	.250/10	Каша пшениная с маслом	35-26
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-51
ЭЦ-243, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-253, K-84, Са-16, Mg-10, P-64, Fe-1	0.100	Булочка Сладстена	26-13
ЭЦ-909, Б-24, Ж-31, У-135, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-1065, K-519, Са-339, Mg-56, P-330, Fe-2			

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, K-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/15	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	20-79
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	24-21
ЭЦ-186, Б-10, Ж-10, У-13, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2073, K-53, Са-27, Mg-6, P-21	.060/50	Котлета мясная с соусом	62-39
ЭЦ-281, Б-5, Ж-6, У-50, Вит.РР-1, Na-1557, K-71, Са-21, Mg-36, P-108, Fe-1	.200	Рис припущенный	18-85
ЭЦ-47, Б-1, Ж-4, У-2, Вит.А-290, Вит.С-2, Na-192, K-96, Са-14, Mg-5, P-10	.030	Закуска по Барселона	17-54
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1кг/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-929, Б-31, Ж-32, У-126, Вит.А-291, Вит.С-21, Вит.РР-4, Na-4803, K-810, Са-301, Mg-94, P-370, Fe-4			236

родительская плата

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/15	Бутерброд с сыром	18-85
ЭЦ-328, Б-10, Ж-11, У-47, Вит.С-2, Na-469, K-238, Са-200, Mg-23, P-148	.200/5	Каша пшениная с маслом	24-64
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-51
ЭЦ-581, Б-20, Ж-19, У-83, Вит.С-3, Na-859, K-396, Са-473, Mg-50, P-335, Fe-2			50

Руководитель

Зав.производством

