

12 Сентября 2024 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-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	<i>Картофельное пюре</i>	11-11
ЭЦ-88, 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	<i>Капуста тушеная</i>	16-27
ЭЦ-1098, Б-73, Ж-85, У-10, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-30, Na-590, К-807, Са-79, Mg-79, P-663, Fe-7	.100	<i>Колбаски витаминные</i>	75-97
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	11-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-1331, Б-78, Ж-91, У-49, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-99, Вит.РР-36, Na-1412, К-1556, Са-172, Mg-122, P-770, Fe-9			117
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-111, Б-1, Ж-8, У-9, Вит.С-19, Na-165, К-164, Са-31, Mg-13, P-26, Fe-1	.080	<i>Салат из свежей капусты с вареной свеклой</i>	9-48
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/15/15	<i>Суп из овощей с филе цыплен. сметан</i>	31-06
ЭЦ-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, Na-3, К-60, Са-4, Mg-4, P-11	.050/50	<i>Гуляш</i>	66-08
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	15-97
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	<i>Компот из сухофруктов</i>	7-19
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	5-22
ЭЦ-1210, Б-30, Ж-56, У-119, Вит.А-2, Вит.С-47, Вит.РР-5, Na-953, К-1014, Са-132, Mg-238, P-417, Fe-9			135
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	14-38
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	28-42
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	19-33
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	<i>Вафли "Белоснежка"</i>	11-40
ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-65, К-343, Са-32, Mg-22, P-74, Fe-1	.200/15/10	<i>Суп из овощей с филе цыплен. сметан</i>	24-47
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	<i>Картофельное пюре</i>	11-11
ЭЦ-68, 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	<i>Капуста тушеная</i>	16-27
ЭЦ-1098, Б-73, Ж-85, У-10, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-30, Na-590, К-807, Са-79, Mg-79, P-663, Fe-7	.100	<i>Колбаски витаминные</i>	75-97
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	11-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-2183, Б-97, Ж-129, У-157, Вит.А-3, Вит.В2-1, Вит.С-120, Вит.РР-39, Na-1972, К-2241, Са-456, Mg-195, P-1097, Fe-11			215
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	14-38
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/10	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	33-77
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	19-33
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	<i>Йогурт фруктовый</i>	29-43
ЭЦ-182, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-190, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1	0.075	<i>Булочка Сладена</i>	15-09
ЭЦ-111, Б-1, Ж-8, У-9, Вит.С-19, Na-165, К-164, Са-31, Mg-13, P-26, Fe-1	.080	<i>Салат из свежей капусты с вареной свеклой</i>	9-48
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/15/15	<i>Суп из овощей с филе цыплен. сметан</i>	31-06
ЭЦ-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, Na-3, К-60, Са-4, Mg-4, P-11	.050/50	<i>Гуляш</i>	66-08
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	15-97
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	<i>Компот из сухофруктов</i>	7-19
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	5-22
ЭЦ-2159, Б-50, Ж-97, У-247, Вит.А-2, Вит.С-50, Вит.РР-7, Na-1748, К-1468, Са-428, Mg-306, P-758, Fe-11			247
<u>50 родительская плата</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	28-42
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>	8-27
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	<i>Вафли "Белоснежка"</i>	11-40
ЭЦ-91, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23	.031,25	<i>Булка формовая</i>	1-91
ЭЦ-599, Б-15, Ж-15, У-102, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-616, К-324, Са-201, Mg-52, P-236, Fe-2			50

Руководитель

Зав.производством

