

16 Октября 2024 г.

Меню Школа № 10 1-4 класс

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

1-4 класс

ЭЦ-282, Б-9, Ж-7, У-45, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-586, К-315, Са-27, Mg-147, P-228, Fe-5	.150/60	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	27-89
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.060/60	Гуляш из свинины	79-34
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	Компот из сухофруктов	7-16
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-924, Б-22, Ж-41, У-86, Вит.А-1, Вит.С-8, Вит.РР-2, Na-593, К-422, Са-64, Mg-173, P-270, Fe-6			117

ОВЗ 1-4 класс

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	Каша рисовая с маслом сливочным	36-98
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	9-67
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./20	Бутерброд с сыром	23-87
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-139, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-1, Na-54, К-314, Са-29, Mg-19, P-50, Fe-1	.200/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	24-87
ЭЦ-282, Б-9, Ж-7, У-45, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-586, К-315, Са-27, Mg-147, P-228, Fe-5	.150/60	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	27-89
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.060/60	Гуляш из свинины	79-34
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	Компот из сухофруктов	7-16
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1646, Б-44, Ж-70, У-181, Вит.А-2, Вит.С-29, Вит.РР-4, Na-1481, К-1087, Са-496, Mg-256, P-667, Fe-10			215

60 родительская плата

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	.200/9	Каша рисовая с маслом сливочным	32-50
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./20	Бутерброд с сыром	23-87
ЭЦ-527, Б-14, Ж-18, У-77, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-809, К-278, Са-343, Mg-57, P-302, Fe-3			60

Руководитель

Зав.производством



16 Октября 2024 г.

Меню Школа № 10 5-11 класс

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>завтрак 5-11 класс</u>			
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	27-69
ЭЦ-338, Б-11, Ж-8, У-54, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-703, К-377, Са-33, Mg-177, P-273, Fe-6	.180/40	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	26-68
ЭЦ-535, Б-12, Ж-33, У-22, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3455, К-89, Са-44, Mg-11, P-35, Fe-1	.100/50	Биточки мясные с соусом	70-86
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	Компот из сухофруктов	7-16
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1197, Б-31, Ж-52, У-125, Вит.А-3, Вит.С-32, Вит.РР-5, Na-4230, К-894, Са-146, Mg-233, P-400, Fe-9			135
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
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	.250/14	Каша рисовая с маслом сливочным	44-90
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	20-69
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, Na-44, К-86, Са-18, Mg-11, P-67, Fe-1	.100	Крендель в сахаре	16-32
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	Сок Фруктовый	27-48
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	27-69
ЭЦ-338, Б-11, Ж-8, У-54, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-703, К-377, Са-33, Mg-177, P-273, Fe-6	.180/40	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	26-68
ЭЦ-535, Б-12, Ж-33, У-22, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3455, К-89, Са-44, Mg-11, P-35, Fe-1	.100/50	Биточки мясные с соусом	70-86
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	Компот из сухофруктов	7-16
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-2295, Б-49, Ж-88, У-302, Вит.А-13003, Вит.С-75, Вит.РР-9, Na-4898, К-2109, Са-646, Mg-404, P-937, Fe-13			247

Руководитель _____
 Зав.производством _____
