

22 Октября 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-214, Б-6, Ж-5, У-36, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2064, К-106, Са-37, Mg-14, P-56, Fe-1	.150/30	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	29-17
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Са-33, Mg-3, P-13	.100	Шницель мясной	74-18
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-720, Б-17, Ж-35, У-59, Вит.С-31, Вит.РР-5, Na-5163, К-125, Са-70, Mg-17, P-69, Fe-1			117
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	29-26
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	.150/20	Запеканка творожная с повидлом	99-50
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-735, Б-26, Ж-41, У-66, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-22, Вит.РР-2, Na-1072, К-602, Са-313, Mg-68, P-416, Fe-3			135
<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	.200/12	Каша ячневая с маслом сливочным	31-27
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	19-22
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	17-92
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	26-98
ЭЦ-214, Б-6, Ж-5, У-36, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2064, К-106, Са-37, Mg-14, P-56, Fe-1	.150/30	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	29-17
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Са-33, Mg-3, P-13	.100	Шницель мясной	74-18
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1309, Б-32, Ж-53, У-150, Вит.А-1, Вит.С-50, Вит.РР-6, Na-6417, К-628, Са-296, Mg-58, P-252, Fe-2			215
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	Йогурт фруктовый	32-34
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша ячневая с маслом сливочным	38-11
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	19-22
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	17-11
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	29-26
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	.150/20	Запеканка творожная с повидлом	99-50
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1420, Б-46, Ж-60, У-175, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-25, Вит.РР-2, Na-1643, К-856, Са-527, Mg-93, P-575, Fe-3			247
<u>60 родительская</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/12	Каша ячневая с маслом сливочным	31-27
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	8-95
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	17-92
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-86
ЭЦ-557, Б-14, Ж-13, У-95, Вит.С-2, Na-604, К-275, Са-194, Mg-29, P-166, Fe-1			60

Руководитель

Зав. производством

