

22 Сентября 2023 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость ь питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, K-145, Mg-4, P-20	.150/23	Рис припущенный с	34-28
ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1430, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.095/5	Зразы рубленые	81-14
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, K-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-660, Б-23, Ж-28, У-79, Вит.С-33, Вит.РР-7,			130
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-720, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.250/15/10	Щи из св капусты с	27-68
ЭЦ-266, Б-7, Ж-6, У-45, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2506, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.180/20	Макаронные изделия	34-81
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1430, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.100	Зразы рубленые	77-46
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-89
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-1430, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.2к/62,5г	Хлеб народный	5-16
ЭЦ-994, Б-36, Ж-41, У-121, Вит.А-1, Вит.С-37,			149
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.31,25/23	Бутерброд с сыром	32-05
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-1430, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.200/7	Каша пшенная с маслом	32-51
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.200	Чай с молоком	9-47
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-579, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.200/15/10	Щи из св капусты с	25-30
ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, K-145, Mg-4, P-20	.150/23	Рис припущенный с	34-28
ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1430, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.095/5	Зразы рубленые	81-14
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, K-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1434, Б-49, Ж-54, У-186, Вит.А-1, Вит.С-59,			238
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.31,25/25	Бутерброд с сыром	21-78
ЭЦ-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, Na-546, K-181, Ca-1430, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.250/10	Каша пшенная с маслом	36-43
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.200	Чай с молоком	9-47
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	0.200	Сок Фруктовый 1кор	28-68
ЭЦ-218, Б-6, Ж-6, У-36, Вит.РР-1, Na-228, K-75, Ca-1430, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	0.090	Булочка Сладсена	28-64
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-720, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.250/15/10	Щи из св капусты с	27-68
ЭЦ-266, Б-7, Ж-6, У-45, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2506, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.180/20	Макаронные изделия	34-81
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1430, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.100	Зразы рубленые	77-46
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-89
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-1430, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.2к/62,5г	Хлеб народный	5-16
ЭЦ-1921, Б-63, Ж-66, У-271, Вит.А-13001,			274
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-1430, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.200/10	Каша пшенная с маслом	32-51
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-89
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20	.31,25/17	Бутерброд с сыром	23-60
ЭЦ-515, Б-17, Ж-15, У-78, Вит.С-1, Na-802, K-1430, K-145, Ca-17, Mg-4, P-20			60

Руководитель

Зав.производством

