

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>завтрак</u>			
ЭЦ-468, Б-21, Ж-29, У-31, Вит.А-16, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-85, К-236, Са-259, Mg-38, P-329, Fe-1	.130/20	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	107-36
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-74
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-32
ЭЦ-552, Б-22, Ж-29, У-52, Вит.А-16, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-86, К-261, Са-264, Mg-42, P-337, Fe-2			
<u>обед</u>			
ЭЦ-118, Б-3, Ж-5, У-16, Вит.А-1, Вит.С-15, Вит.РР-1, Na-30, К-290, Са-57, Mg-20, P-65, Fe-1	200/20	<i>Суп-пюре из разных овощей с гренками</i>	22-29
ЭЦ-339, Б-19, Ж-19, У-24, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-3783, К-97, Са-49, Mg-12, P-38, Fe-1	.073/30	<i>Котлета мясная с соусом</i>	58-80
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	.150/20	<i>Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов</i>	26-85
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	12
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	6-64
ЭЦ-827, Б-33, Ж-31, У-105, Вит.А-2, Вит.С-50, Вит.РР-9, Na-4399, К-702, Са-133, Mg-179, P-331, Fe-7			241-00

Руководитель
Зав. производством