

Меню Школа № 10 ЛДПД 6-11 лет

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

завтрак

ЭЦ-389, Б-15, Ж-22, У-33, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-45, К-159, Са-152, Mg-26, P-223, Fe-1	.100/20	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	75-65
ЭЦ-170, Б-4, Ж-6, У-24, Вит.С-1, Na-262, К-87, Са-74, Mg-8, P-54	.120/5	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	17-92
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	6-64
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
<hr/>			
ЭЦ-670, Б-21, Ж-28, У-83, Вит.С-2, Вит.РР-1,			

обед

ЭЦ-8, У-2, Вит.С-6, Na-5, К-85, Са-14, Mg-8, P-25	.060	<i>Нарезка овощная (огурец)</i>	26-04
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>	22-37
ЭЦ-334, Б-7, Ж-20, У-14, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-2153, К-69, Са-29, Mg-8, P-24, Fe-1	.060/50	<i>Котлета мясная с соусом</i>	54-06
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	16-41
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-32
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-85
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	12
<hr/>			
ЭЦ-873, Б-22, Ж-32, У-106, Вит.А-2, Вит.С-52,			241

Руководитель

Зав. производством