

Меню Школа № 10 ЛДПД 6-11 лет

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
завтрак			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/5	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-10
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	21
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	Йогурт фруктовый	38-85
ЭЦ-625, Б-14, Ж-29, У-79, Вит.С-1, На-439, К-			
обед			
ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, На-470, К-88, Са-25, Мг-8, Р-19	.060	Салат Здоровье	10-91
ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-795, К-375, Са-20, Мг-20, Р-51, Fe-1	.200/10	Суп картоф. с крупой, рыбой	27-07
ЭЦ-299, Б-14, Ж-21, У-14, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-5, На-291, К-176, Са-18, Мг-17, Р-123, Fe-1	.075/50	Котлета из филе цыпленка бр. с соусом	66-85
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, На-1209, К-764, Са-53, Мг-33, Р-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	30-31
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Мг-4, Р-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-85
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-774, Б-25, Ж-37, У-85, Вит.А-2, Вит.С-86,			153-31
Руководитель			
Зав.производством			