

Меню школа № 10 ОП

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, К-79, Ca-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/22	Бутерброд (булка формовая) с сыром	18-91
ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, Na-469, К-239, Ca-200, Mg-23, P-149	.200/10	Каша пшеница с маслом	21-52
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-54
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Ca-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	17-03
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Ca-5, Mg-5, P-13	.060/50	Гуляш	51-92
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Ca-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/17	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	20-19
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/35г	Хлеб народный	1-47
ЭЦ-1873, Б-51, Ж-88, У-189, Вит.А-1, Вит.С-37, Вит.РР-3, Na-3184, К-1163, Ca-593, Mg-247, P-695, Fe-9			139-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, К-79, Ca-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/25	Бутерброд (булка формовая) с сыром	21-44
ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, Na-469, К-239, Ca-200, Mg-23, P-149	.200/10	Каша пшеница с маслом	21-52
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-54
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Ca-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/12	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	17-58
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Ca-5, Mg-5, P-13	.060/50	Гуляш	51-92
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Ca-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	21-09
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-1042, Ca-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-17
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/70г	Хлеб народный	2-94
ЭЦ-76, Б-1, У-18, Вит.С-4, Na-12, К-240, Ca-14, Mg-8, P-14, Fe-1	.200	Сок	13-80
ЭЦ-2035, Б-63, Ж-91, У-226, Вит.А-1, Вит.С-45, Вит.РР-7, Na-3393, К-2453, Ca-818, Mg-441, P-1070, Fe-44			160-00

1-4 класс

ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Ca-5, Mg-5, P-13	.060/50	Гуляш	51-92
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Ca-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/17	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	20-19
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/35г	Хлеб народный	1-47
ЭЦ-1035, Б-24, Ж-52, У-87, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-1554, К-437, Ca-48, Mg-174, P-286, Fe-6			76-00

5-11 класс

ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Ca-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/8	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	16-52
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Ca-5, Mg-5, P-13	.060/50	Гуляш	51-92
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Ca-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	14-20
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/70г	Хлеб народный	2-94
ЭЦ-1214, Б-34, Ж-54, У-116, Вит.А-1, Вит.С-34, Вит.РР-4, Na-1785, К-801, Ca-100, Mg-212, P-377, Fe-9			88-00

Руководитель

Зав. производством