

Меню школа № 10 ОП

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	13-43
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/8	Каша ячневая с маслом	18-45
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-54
ЭЦ-193, Б-10, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-996, К-478, Са-34, Mg-26, P-70, Fe-1	.250/25/10	Суп картоф. с крупой, рыбой	24-02
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	12-41
ЭЦ-299, Б-14, Ж-21, У-14, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-291, К-176, Са-18, Mg-17, P-123, Fe-1	.075/50	Котлета из филе цыпленка с соусом	34-19
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	10-56
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/24	Бутерброд с сыром	18-84
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-56
ЭЦ-1783, Б-54, Ж-70, У-235, Вит.А-3, Вит.С-31, Вит.РР-7, Na-3311, К-1361, Са-572, Mg-148, P-706, Fe-6			139-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	20-01
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-54
ЭЦ-257, Б-8, Ж-12, У-30, Вит.РР-1, Na-398, К-121, Са-22, Mg-13, P-91, Fe-1	.075	Сосиска, запеченная в тесте	20-58
ЭЦ-193, Б-10, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-996, К-478, Са-34, Mg-26, P-70, Fe-1	.250/25/10	Суп картоф. с крупой, рыбой	24-31
ЭЦ-274, Б-21, Ж-21, Вит.РР-3, Na-434, К-9, Са-12, Mg-1, P-6	.065	Бишкетес натр. рубленый	48-44
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	12-41
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	10-56
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	16-59
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-56
ЭЦ-1845, Б-66, Ж-73, У-231, Вит.А-2, Вит.С-29, Вит.РР-6, Na-3652, К-1276, Са-579, Mg-139, P-652, Fe-6			160-00

1-4 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/24	Бутерброд с сыром	18-84
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	12-41
ЭЦ-299, Б-14, Ж-21, У-14, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-291, К-176, Са-18, Mg-17, P-123, Fe-1	.075/50	Котлета из филе цыпленка с соусом	34-19
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	10-56
ЭЦ-911, Б-27, Ж-36, У-119, Вит.А-2, Вит.С-11, Вит.РР-6, Na-1438, К-471, Са-255, Mg-77, P-381, Fe-4			76-00

5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	16-59
ЭЦ-274, Б-21, Ж-21, Вит.РР-3, Na-434, К-9, Са-12, Mg-1, P-6	.065	Бишкетес натр. рубленый	48-44
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	12-41
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	10-56
ЭЦ-886, Б-34, Ж-36, У-105, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-4, Na-1581, К-304, Са-249, Mg-61, P-264, Fe-3			88-00

Руководитель
Зав.производством

