

Меню школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/16	Бутерброд с маслом сливочным	15-46
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	16-74
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-01
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/15/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	24-85
ЭЦ-411, Б-10, Ж-18, У-51, Вит.РР-1, Na-1407, К-314, Са-32, Mg-165, P-248, Fe-6	.185	Каша гречневая рассыпчатая	14-83
ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	43-67
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	8-10
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	17-40
ЭЦ-1815, Б-50, Ж-73, У-240, Вит.А-2, Вит.С-36, Вит.РР-4, Na-6331, К-1365, Са-607, Mg-264, P-729, Fe-10			154-00
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
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	14-34
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша ячневая с маслом сливочным	12-35
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-01
ЭЦ-311, Б-8, Ж-17, У-32, Na-72, К-74, Са-53, Mg-12, P-96, Fe-1	.075	Ватрушка Лакомка	16-51
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/15/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	24-85
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	13-41
ЭЦ-225, Б-10, Ж-20	.086	Колбаса отварная	54-87
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	8-10
ЭЦ-414, Б-4, Ж-27, У-43, Na-48, К-53, Са-26, Mg-5, P-41, Fe-1	.080	Пирожное Черемушка	18-68
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-2266, Б-50, Ж-102, У-291, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-4884, К-1094, Са-446, Mg-102, P-523, Fe-5			178-00
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-411, Б-10, Ж-18, У-51, Вит.РР-1, Na-1407, К-314, Са-32, Mg-165, P-248, Fe-6	.185	Каша гречневая рассыпчатая	14-83
ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	43-67
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	8-10
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	17-40
ЭЦ-999, Б-32, Ж-42, У-123, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-3, Na-4472, К-644, Са-294, Mg-200, P-438, Fe-9			84-00
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	13-41
ЭЦ-225, Б-10, Ж-20	.086	Колбаса отварная	54-87
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	8-10
ЭЦ-414, Б-4, Ж-27, У-43, Na-48, К-53, Са-26, Mg-5, P-41, Fe-1	.080	Пирожное Черемушка	18-68
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1139, Б-24, Ж-54, У-142, Вит.С-7, Вит.РР-1, Na-2953, К-299, Са-80, Mg-26, P-136, Fe-3			97-00

Руководитель

Зав.производством