

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-556, Б-24, Ж-35, У-36, Вит.А-15, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-93, К-258, Са-285, Mg-42, P-372, Fe-1	.150/17	Запеканка творожная с мол. сгущенным	65-28
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-30
ЭЦ-550, Б-23, Ж-20, У-67, Вит.В1-1, Вит.С-78, Вит.РР-7, Na-127, К-2191, Са-45, Mg-90, P-232, Fe-4	.243/50/25	Запеканка картоф. с мясом, соусом, с консер. огури.	73-90
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1431, Б-54, Ж-56, У-174, Вит.А-15, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-107, Вит.РР-13, Na-638, К-2562, Са-352, Mg-148, P-673, Fe-7			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-630, Б-27, Ж-39, У-41, Вит.А-17, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-105, К-292, Са-323, Mg-48, P-421, Fe-1	.170/15	Запеканка творожная с мол. сгущенным	72-92
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	5-78
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-30
ЭЦ-37, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, Na-547, К-70, Са-23, Mg-7, P-13	.070	Салат из свежей капусты	4-31
ЭЦ-371, Б-12, Ж-9, У-59, Вит.РР-2, Na-778, К-363, Са-27, Mg-191, P-287, Fe-6	.200	Каша гречневая рассыпчатая	16-03
ЭЦ-497, Б-11, Ж-30, У-20, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3213, К-83, Са-41, Mg-10, P-32, Fe-1	.093/50	Котлета мясная с соусом	48-10
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, Na-405, К-109, Са-24, Mg-13, P-87, Fe-1	.080	Слойка Уральская	24-17
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-97
ЭЦ-2343, Б-68, Ж-102, У-260, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-16, Вит.РР-5, Na-5492, К-1128, Са-525, Mg-296, P-962, Fe-12			178-00

1-4 класс

ЭЦ-550, Б-23, Ж-20, У-67, Вит.В1-1, Вит.С-78, Вит.РР-7, Na-127, К-2191, Са-45, Mg-90, P-232, Fe-4	.243/50/25	Запеканка картоф. с мясом, соусом, с консер. огури.	73-90
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-670, Б-26, Ж-20, У-94, Вит.В1-1, Вит.С-106, Вит.РР-11, Na-308, К-2225, Са-52, Mg-95, P-256, Fe-4			84-00

5-11 класс

ЭЦ-37, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, Na-547, К-70, Са-23, Mg-7, P-13	.070	Салат из свежей капусты	4-31
ЭЦ-371, Б-12, Ж-9, У-59, Вит.РР-2, Na-778, К-363, Са-27, Mg-191, P-287, Fe-6	.200	Каша гречневая рассыпчатая	16-03
ЭЦ-497, Б-11, Ж-30, У-20, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3213, К-83, Са-41, Mg-10, P-32, Fe-1	.093/50	Котлета мясная с соусом	48-10
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, Na-405, К-109, Са-24, Mg-13, P-87, Fe-1	.080	Слойка Уральская	24-17
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-97
ЭЦ-1479, Б-35, Ж-60, У-173, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-3, Na-5125, К-684, Са-127, Mg-230, P-451, Fe-9			97-00

Руководитель

Зав.производством