

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	18-32
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-01
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-34
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, На-482, К-266, Са-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	26-33
	.060/5	Котлета натуральная из филе птицы с маслом сл.	62-05
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	12-03
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-1202, Б-29, Ж-42, У-181, Вит.А-2, Вит.С-41, Вит.РР-6, На-2044, К-729, Са-300, Mg-89, P-379, Fe-2			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-34
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/9	Каша пшеничная с маслом сливочным	17-12
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-01
ЭЦ-344, Б-4, Ж-15, У-48, Вит.РР-1, На-40, К-79, Са-15, Mg-8, P-45, Fe-1	.075	Песочная Турбинка	10-35
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, На-602, К-332, Са-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	28-18
ЭЦ-248, Б-14, Ж-14, У-17, Вит.С-3, Вит.РР-2, На-2764, К-71, Са-35, Mg-9, P-28, Fe-1	.080/4	Котлета мясная с маслом сл.	71
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, На-1612, К-1013, Са-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	20-06
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-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, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/31,25г	Хлеб народный	3-52
ЭЦ-1867, Б-51, Ж-73, У-256, Вит.А-1, Вит.С-51, Вит.РР-7, На-6068, К-1919, Са-420, Mg-127, P-516, Fe-7			178

1-4 класс

	.060/5	Котлета натуральная из филе птицы с маслом сл	62-05
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	12-03
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-400, Б-8, Ж-8, У-74, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-5, На-875, К-131, Са-26, Mg-41, P-131, Fe-1			84

5-11 класс

ЭЦ-248, Б-14, Ж-14, У-17, Вит.С-3, Вит.РР-2, На-2764, К-71, Са-35, Mg-9, P-28, Fe-1	.080/4	Котлета мясная с маслом сл.	71
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, На-1612, К-1013, Са-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	20-06
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-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, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/31,25г	Хлеб народный	3-52
ЭЦ-683, Б-24, Ж-22, У-96, Вит.С-37, Вит.РР-5, На-4739, К-1176, Са-125, Mg-67, P-214, Fe-5			97

Руководитель

Зав. производством