

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	22-06
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	Бутерброд с сыром	21-26
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/20	Суп картоф. с крупой, с рыбой	24-26
ЭЦ-102, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.С-79, Вит.РР-1, Na-25, K-361, Ca-87, Mg-31, P-62, Fe-1	.120	Капуста тушеная	11-85
ЭЦ-83, Б-2, Ж-3, У-12, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-645, K-405, Ca-28, Mg-18, P-53, Fe-1	.080	Картофельное пюре	8-12
ЭЦ-445, Б-25, Ж-25, У-31, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-4975, K-128, Ca-64, Mg-15, P-50, Fe-1	.096	Биточки мясные	46-49
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-2450, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый Икор	15-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1925, Б-59, Ж-54, У-294, Вит.А-13002, Вит.С-156, Вит.РР-9, Na-7642, K-4135, Ca-756, Mg-237, P-704, Fe-9			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	22-06
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	Бутерброд с сыром	21-26
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/20	Суп картоф. с крупой, с рыбой	24-26
ЭЦ-310, Б-6, Ж-5, У-60, Вит.РР-2, Na-231, K-130, Ca-19, Mg-12, P-63, Fe-1	.090	Гребешок с повидлом	11-00
ЭЦ-611, Б-26, Ж-22, У-75, Вит.В1-1, Вит.С-86, Вит.РР-8, Na-141, K-2435, Ca-50, Mg-100, P-257, Fe-4	.270	Запеканка картоф. с мясом	74-70
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/14	Чай с сахаром, лимоном	6-14
ЭЦ-403, Б-6, Ж-18, У-55, Вит.РР-1, Na-34, K-91, Ca-40, Mg-10, P-65, Fe-1	.100	Пирог к чаю	14-22
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-2126, Б-61, Ж-67, У-315, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.С-104, Вит.РР-13, Na-2384, K-3472, Ca-491, Mg-199, P-752, Fe-11			178

1-4 класс

ЭЦ-102, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.С-79, Вит.РР-1, Na-25, K-361, Ca-87, Mg-31, P-62, Fe-1	.120	Капуста тушеная	11-85
ЭЦ-83, Б-2, Ж-3, У-12, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-645, K-405, Ca-28, Mg-18, P-53, Fe-1	.080	Картофельное пюре	8-12
ЭЦ-445, Б-25, Ж-25, У-31, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-4975, K-128, Ca-64, Mg-15, P-50, Fe-1	.096	Биточки мясные	46-49
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-2450, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый Икор	15-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	1к/31,25г	Хлеб витаминный I	1-94
ЭЦ-1286, Б-39, Ж-32, У-202, Вит.А-13001, Вит.С-138, Вит.РР-7, Na-5846, K-3378, Ca-388, Mg-169, P-369, Fe-5			84

5-11 класс

ЭЦ-611, Б-26, Ж-22, У-75, Вит.В1-1, Вит.С-86, Вит.РР-8, Na-141, K-2435, Ca-50, Mg-100, P-257, Fe-4	.270	Запеканка картоф. с мясом	74-70
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/14	Чай с сахаром, лимоном	6-14
ЭЦ-403, Б-6, Ж-18, У-55, Вит.РР-1, Na-34, K-91, Ca-40, Mg-10, P-65, Fe-1	.100	Пирог к чаю	14-22
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1157, Б-35, Ж-40, У-163, Вит.В1-1, Вит.С-86, Вит.РР-9, Na-357, K-2585, Ca-102, Mg-119, P-354, Fe-6			97

Руководитель

Зав. производством