Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<i>Яйцо отварное</i>	10-08
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	16-70
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	2-42
ЭЦ-322, Б-5, Ж-14, У-44, На-27, К-73, Са-32, Mg-8, P-52, Fe-1	.080	<i>Пирог к чаю</i>	15-68
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	2-28
ЭЦ-131, Б-2, Ж-8, У-12, Вит.А-2, Вит.С-18, Вит.РР-1, На-1212, К-407, Са-40, Mg-26, P-61, Fe-1	.250/25/10	<i>Суп из овощей с мясом, сметаной</i>	22-84
ЭЦ-556, Б-24, Ж-35, У-36, Вит.А-15, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-93, К-258, Са-285, Mg-42, P-372, Fe-1	.150/20	<i>Запеканка творожная с мол. сгущеным</i>	66-31
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	5-78
ЭЦ-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-55, Са-11, Mg-7, P-39, Fe-1	.050/12	<i>Бутерброд (булка формовая) с маслом сливочным</i>	11-91
<hr/>			
ЭЦ-1872, Б-53, Ж-85, У-222, Вит.А-17, Вит.В2-1, Вит.С-21, Вит.РР-4, На-2324, К-1174, Са-594, Mg-124, P-794, Fe-8			

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<i>Яйцо отварное</i>	10-08
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/11	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	16-90
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	5-78
ЭЦ-435, Б-11, Ж-24, У-44, Вит.РР-1, На-100, К-104, Са-74, Mg-16, P-135, Fe-1	.105	<i>Ватрушка Лакомка</i>	23-12
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	2-28
ЭЦ-131, Б-2, Ж-8, У-12, Вит.А-2, Вит.С-18, Вит.РР-1, На-1212, К-407, Са-40, Mg-26, P-61, Fe-1	.250/25/10	<i>Суп из овощей с мясом, сметаной</i>	22-37
ЭЦ-4, У-1, Вит.С-3, На-2, К-42, Са-7, Mg-4, P-13	.030	<i>Нарезка овощная (огурец)</i>	10-77
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.260	<i>Плов</i>	63
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	<i>Кисель Валитек</i>	8-45
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	2-28
ЭЦ-270, Б-6, Ж-10, У-37, Вит.С-10, Вит.РР-1, На-60, К-354, Са-22, Mg-20, P-86, Fe-1	.100	<i>Шаньга Домашняя с картофелем</i>	12-97
ЭЦ-2599, Б-58, Ж-115, У-293, Вит.А-9, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-101, Вит.РР-16, На-2396, К-1599, Са-429, Mg-184, P-772, Fe-9			178

1-4 класс

ЭЦ-556, Б-24, Ж-35, У-36, Вит.А-15, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-93, К-258, Са-285, Mg-42, P-372, Fe-1	.150/20	<i>Запеканка творожная с мол. сгущеным</i>	66-31
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	5-78
ЭЦ-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-55, Са-11, Mg-7, P-39, Fe-1	.050/12	<i>Бутерброд (булка формовая) с маслом сливочным</i>	11-91
ЭЦ-865, Б-30, Ж-47, У-82, Вит.А-15, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-355, К-411, Са-361, Mg-60, P-464, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-131, Б-2, Ж-8, У-12, Вит.А-2, Вит.С-18, Вит.РР-1, На-1212, К-407, Са-40, Mg-26, P-61, Fe-1	.250/25/10	<i>Суп из овощей с мясом, сметаной</i>	22-37
ЭЦ-4, У-1, Вит.С-3, На-2, К-42, Са-7, Mg-4, P-13	.030	<i>Нарезка овощная (огурец)</i>	10-77
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.250	<i>Плов</i>	53-13
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	<i>Кисель Валитек</i>	8-45
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	2-28
ЭЦ-1152, Б-20, Ж-54, У-115, Вит.А-8, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-88, Вит.РР-13, На-1476, К-738, Са-103, Mg-98, P-259, Fe-3			97

Руководитель

ЗАВ. ПРОЗВ.