

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-228, Б-4, Ж-1, У-50, Вит.РР-1, Na-236, K-100, Ca-13, Mg-10, P-42, Fe-1	.050/30	Бутерброд (булка формовая) с повидлом	7-48
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-335, Ca-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/8	Каша гречневая с маслом сливочным	19-65
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	12-89
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-280, Б-6, Ж-15, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-775, K-742, Ca-96, Mg-66, P-127, Fe-2	.250/15/10	Рассольник Домашний с мясом, сметан	28-04
ЭЦ-221, Б-14, Ж-17, У-2, Na-366, K-192, Ca-100, Mg-17, P-225, Fe-3	.140/10	Омлет натуральн. с маслом сливочн.	41-99
ЭЦ-151, Б-3, Ж-5, У-24, Вит.А-27, Na-49, K-139, Ca-117, Mg-13, P-83	.200	Какао с молоком сгущенным	18-07
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.1 кус./23	Бутерброд с маслом шоколадным	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-1677, Б-48, Ж-63, У-221, Вит.А-36, Вит.С-36, Вит.РР-4, Na-2476, K-1762, Ca-601, Mg-250, P-882, Fe-9			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	11-04
ЭЦ-228, Б-4, Ж-1, У-50, Вит.РР-1, Na-236, K-100, Ca-13, Mg-10, P-42, Fe-1	.050/29	Бутерброд (булка формовая) с повидлом	7-44
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-335, Ca-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/8	Каша гречневая с маслом сливочным	19-65
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	12-89
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-280, Б-6, Ж-15, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-775, K-742, Ca-96, Mg-66, P-127, Fe-2	.250/15/10	Рассольник Домашний с мясом, сметан	28-04
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, K-1019, Ca-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	20-30
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, K-109, Ca-44, Mg-10, P-57, Fe-1	.090/5	Зразы рубленые	49-95
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-518, Б-5, Ж-33, У-53, Na-60, K-66, Ca-32, Mg-7, P-51, Fe-1	.100	Пирожное Черемушка	22-31
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-2286, Б-58, Ж-97, У-287, Вит.А-9, Вит.С-75, Вит.РР-8, Na-4661, K-2670, Ca-550, Mg-285, P-875, Fe-12			178

1-4 класс

ЭЦ-221, Б-14, Ж-17, У-2, Na-366, K-192, Ca-100, Mg-17, P-225, Fe-3	.140/10	Омлет натуральн. с маслом сливочным	41-99
ЭЦ-151, Б-3, Ж-5, У-24, Вит.А-27, Na-49, K-139, Ca-117, Mg-13, P-83	.200	Какао с молоком сгущенным	18-07
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.1 кус./23	Бутерброд с маслом шоколадным	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-628, Б-23, Ж-31, У-64, Вит.А-27, Na-796, K-404, Ca-233, Mg-41, P-360, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, K-1019, Ca-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	20-30
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, K-109, Ca-44, Mg-10, P-57, Fe-1	.090/5	Зразы рубленые	49-95
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-518, Б-5, Ж-33, У-53, Na-60, K-66, Ca-32, Mg-7, P-51, Fe-1	.100	Пирожное Черемушка	22-31
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1171, Б-28, Ж-60, У-130, Вит.С-39, Вит.РР-4, Na-2925, K-1253, Ca-159, Mg-71, P-272, Fe-5			97

Руководитель

Зав.производством