

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, Р-134, Fe-1	.31,25/21	Бутерброд с сыром	18-26
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, На-470, К-241, Са-202, Mg-23, Р-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	21-52
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, Р-51, Fe-1	.250/20/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	25-78
ЭЦ-285, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.С-8, Вит.РР-2, На-586, К-359, Са-25, Mg-149, Р-223, Fe-5	.150/30	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	21-37
ЭЦ-238, Б-19, Ж-18, Вит.РР-3, На-375, Са-4, Р-1	.057/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	58-19
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1472, Б-57, Ж-56, У-183, Вит.А-1, Вит.С-40, Вит.РР-6, На-2878, К-1088, Са-513, Mg-227, Р-623, Fe-9			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, Р-134, Fe-1	.31,25/21	Бутерброд с сыром	18-26
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, На-470, К-241, Са-202, Mg-23, Р-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	21-52
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-311, Б-6, Ж-5, У-60, Вит.РР-2, На-231, К-130, Са-19, Mg-12, Р-63, Fe-1	.090	Ватрушка с повидлом	11
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, Р-51, Fe-1	.250/20/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	25-78
ЭЦ-342, Б-11, Ж-8, У-55, Вит.С-9, Вит.РР-2, На-703, К-431, Са-30, Mg-179, Р-267, Fe-6	.180/30	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	23-98
ЭЦ-238, Б-19, Ж-18, Вит.РР-3, На-375, Са-4, Р-1	.057/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	58-19
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-290, Б-4, Ж-13, У-39, На-24, К-66, Са-29, Mg-7, Р-47, Fe-1	.072	Пирог к чаю	10-39
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-2130, Б-69, Ж-75, У-291, Вит.А-1, Вит.С-41, Вит.РР-8, На-3250, К-1356, Са-566, Mg-276, Р-777, Fe-12			178

1-4 класс

ЭЦ-285, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.С-8, Вит.РР-2, На-586, К-359, Са-25, Mg-149, Р-223, Fe-5	.150/30	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	21-37
ЭЦ-238, Б-19, Ж-18, Вит.РР-3, На-375, Са-4, Р-1	.057/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	58-19
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-666, Б-31, Ж-25, У-79, Вит.С-8, Вит.РР-5, На-1143, К-418, Са-41, Mg-158, Р-256, Fe-6			84

5-11 класс

ЭЦ-342, Б-11, Ж-8, У-55, Вит.С-9, Вит.РР-2, На-703, К-431, Са-30, Mg-179, Р-267, Fe-6	.180/30	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	23-98
ЭЦ-238, Б-19, Ж-18, Вит.РР-3, На-375, Са-4, Р-1	.057/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	58-19
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-290, Б-4, Ж-13, У-39, На-24, К-66, Са-29, Mg-7, Р-47, Fe-1	.072	Пирог к чаю	10-39
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1013, Б-37, Ж-39, У-127, Вит.С-9, Вит.РР-5, На-1284, К-556, Са-75, Mg-195, Р-347, Fe-8			97

Руководитель

Зав. производством