

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

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	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	21-62
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	11-04
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/30/10	Суп карт. с горохом, цыплен., сметаной	30-96
ЭЦ-286, Б-18, Ж-22, У-5, Вит.РР-7, Na-95, K-190, Ca-50, Mg-21, P-183, Fe-2	0.081/10	Суфле из филе птицы	52-51
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, K-108, Ca-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	13-41
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-70, Ca-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	15-74
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-34
ЭЦ-1673, Б-56, Ж-60, У-229, Вит.А-2, Вит.С-17, Вит.РР-13, Na-2580, K-1276, Ca-296, Mg-227, P-800, Fe-12			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-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	.200/5	Каша гречневая с маслом сливочным	17-37
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-316, Б-5, Ж-11, У-49, Вит.РР-1, Na-31, K-60, Ca-13, Mg-7, P-47, Fe-1	.070	Крендель в сахаре	15-25
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/30/10	Суп карт. с горохом, цыплен., сметаной	30-96
ЭЦ-613, Б-14, Ж-35, У-33, Вит.С-44, Вит.РР-3, Na-54, K-1140, Ca-28, Mg-50, P-123, Fe-2	.252	Жаркое по-домашнему	64-04
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-517, Б-5, Ж-33, У-53, Na-60, K-66, Ca-32, Mg-7, P-51, Fe-1	.100	Пирожное Черемушка	26-58
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-2493, Б-59, Ж-108, У-300, Вит.А-1, Вит.С-57, Вит.РР-9, Na-1980, K-2212, Ca-299, Mg-232, P-730, Fe-13			178

1-4 класс

ЭЦ-286, Б-18, Ж-22, У-5, Вит.РР-7, Na-95, K-190, Ca-50, Mg-21, P-183, Fe-2	0.081/10	Суфле из филе птицы	52-51
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, K-108, Ca-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	13-41
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-70, Ca-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	15-74
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-34
ЭЦ-855, Б-27, Ж-32, У-114, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-9, Na-1108, K-422, Ca-90, Mg-73, P-346, Fe-5			84

5-11 класс

ЭЦ-613, Б-14, Ж-35, У-33, Вит.С-44, Вит.РР-3, Na-54, K-1140, Ca-28, Mg-50, P-123, Fe-2	.052/200	Жаркое по-домашнему	64-04
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-517, Б-5, Ж-33, У-53, Na-60, K-66, Ca-32, Mg-7, P-51, Fe-1	.100	Пирожное Черемушка	26-58
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-1359, Б-25, Ж-69, У-136, Вит.С-44, Вит.РР-4, Na-477, K-1298, Ca-80, Mg-71, P-229, Fe-5			97

Руководитель

Зав. производством