

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/8	Каша рисовая с маслом	22-16
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-202, Б-3, Ж-9, У-27, Na-17, K-46, Ca-20, Mg-5, P-33	.050	Пирог к чаю	7-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, K-513, Ca-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	25-63
ЭЦ-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, Na-463, K-243, Ca-127, Mg-22, P-284, Fe-3	.177/10	Омлет натуральный с маслом сливочным	50-50
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-86
ЭЦ-272, Б-11, Ж-9, У-35, Вит.РР-1, Na-499, K-95, Ca-276, Mg-21, P-187, Fe-1	.060/31	Бутерброд с сыром	27-64
ЭЦ-1528, Б-48, Ж-67, У-186, Вит.А-1, Вит.В2-1, Вит.С-21, Вит.РР-3, Na-2704, K-1369, Ca-786, Mg-144, P-914, Fe-7			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	13-14
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	Каша рисовая с маслом	20-02
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-202, Б-3, Ж-9, У-27, Na-17, K-46, Ca-20, Mg-5, P-33	.050	Пирог к чаю	7-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, K-513, Ca-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	25-63
ЭЦ-207, 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	17-83
ЭЦ-612, Б-13, Ж-43, У-5, Na-1774, K-10, Ca-18, Mg-2, P-10	.084	Бифитекс Школьный	59-96
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
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	14-77
ЭЦ-2423, Б-52, Ж-108, У-272, Вит.А-1, Вит.С-54, Вит.РР-5, Na-5683, K-2172, Ca-667, Mg-172, P-763, Fe-7			178

1-4 класс

ЭЦ-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, Na-463, K-243, Ca-127, Mg-22, P-284, Fe-3	.177/10	Омлет натуральный с маслом сливочным	50-50
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-86
ЭЦ-272, Б-11, Ж-9, У-35, Вит.РР-1, Na-499, K-95, Ca-276, Mg-21, P-187, Fe-1	.060/31	Бутерброд с сыром	27-64
ЭЦ-637, Б-30, Ж-33, У-55, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-988, K-436, Ca-468, Mg-54, P-524, Fe-5			84

5-11 класс

ЭЦ-207, 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	17-83
ЭЦ-612, Б-13, Ж-43, У-5, Na-1774, K-10, Ca-18, Mg-2, P-10	.084	Бифитекс Школьный	59-96
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
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	14-77
ЭЦ-1365, Б-26, Ж-68, У-122, Вит.С-35, Вит.РР-3, Na-3603, K-1179, Ca-141, Mg-66, P-239, Fe-4			97

Руководитель

Зав. производством