

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/8	Каша ячневая с маслом	19-88
ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-194, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1	.075	Ватрушка с творогом	14-89
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-94
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	27-35
ЭЦ-168, Б-4, Ж-6, У-24, Вит.С-28, Вит.РР-2, Na-1306, К-825, Са-57, Mg-36, P-107, Fe-1	.162	Картофельное пюре	18-22
ЭЦ-589, Б-16, Ж-26, У-54, Na-776, К-3, Са-9, Mg-1, P-5	.050	Шницель н-р с маслом сл.	41-04
ЭЦ-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-21, К-61, Са-50, Mg-6, P-38	.1кор.	Молоко витаминизированное	22-80
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/31,25г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-1732, Б-51, Ж-64, У-223, Вит.А-1, Вит.С-41, Вит.РР-5, Na-3636, К-1623, Са-432, Mg-109, P-486, Fe-5			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-371, Б-10, Ж-15, У-48, Вит.С-2, Na-517, К-265, Са-222, Mg-26, P-165	.220/11	Каша ячневая с маслом	23-67
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом	19-85
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-94
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	29-60
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	11-29
ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	13-66
ЭЦ-210, Б-10, Ж-19, Вит.РР-2, Na-1350, К-274, Са-23, Mg-20, P-166, Fe-2	.080	Колбаса отварная	52-72
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-58
ЭЦ-403, Б-6, Ж-18, У-55, Вит.РР-1, Na-34, К-91, Са-40, Mg-10, P-65, Fe-1	.100	Пирог к чаю	14-81
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/31,25г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-1948, Б-55, Ж-79, У-259, Вит.А-1, Вит.С-98, Вит.РР-8, Na-3978, К-2045, Са-520, Mg-157, P-732, Fe-10			178

1-4 класс

ЭЦ-168, Б-4, Ж-6, У-24, Вит.С-28, Вит.РР-2, Na-1306, К-825, Са-57, Mg-36, P-107, Fe-1	.162	Картофельное пюре	18-22
ЭЦ-589, Б-16, Ж-26, У-54, Na-776, К-3, Са-9, Mg-1, P-5	.050	Шницель н-р с маслом сл.	41-04
ЭЦ-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-21, К-61, Са-50, Mg-6, P-38	.1кор.	Молоко витаминизированное	22-80
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-867, Б-24, Ж-33, У-98, Вит.С-29, Вит.РР-2, Na-2284, К-923, Са-123, Mg-48, P-174, Fe-1			84

5-11 класс

ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	11-29
ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	13-66
ЭЦ-210, Б-10, Ж-19, Вит.РР-2, Na-1350, К-274, Са-23, Mg-20, P-166, Fe-2	.080	Колбаса отварная	52-72
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-58
ЭЦ-403, Б-6, Ж-18, У-55, Вит.РР-1, Na-34, К-91, Са-40, Mg-10, P-65, Fe-1	.100	Пирог к чаю	14-81
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-945, Б-24, Ж-44, У-115, Вит.С-83, Вит.РР-5, Na-2393, К-1234, Са-182, Mg-87, P-381, Fe-6			97

Руководитель

Зав. производством