

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, Na-469, K-239, Ca-200, Mg-23, P-149	.200/10	Каша пшеничная с маслом	22-69
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	11-04
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-58
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2кг/62,5г	Хлеб народный	3-52
ЭЦ-104, Б-3, Ж-7, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, K-249, Ca-41, Mg-17, P-42, Fe-1	.200/20/15	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	30-17
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, K-255, Ca-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	26-85
ЭЦ-213, Б-17, Ж-16, Вит.РР-3, Na-335, Ca-3, P-1	.051/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	47-23
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1кг/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-1431, Б-52, Ж-59, У-172, Вит.А-1, Вит.С-54, Вит.РР-10, Na-3120, K-928, Ca-320, Mg-198, P-553, Fe-9			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, Na-469, K-239, Ca-200, Mg-23, P-149	.200/5	Каша пшеничная с маслом	20-49
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	11-04
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-58
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2кг/62,5г	Хлеб народный	3-52
ЭЦ-119, Б-4, У-24	.1шт	Вафли "Лето на море"	13-20
ЭЦ-104, Б-3, Ж-7, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, K-249, Ca-41, Mg-17, P-42, Fe-1	.200/20/15	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	30-17
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, K-306, Ca-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	29-61
ЭЦ-259, Б-21, Ж-20, Вит.РР-3, Na-408, Ca-4, P-1	.062/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	57-47
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1кг/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-1663, Б-62, Ж-66, У-205, Вит.А-1, Вит.С-54, Вит.РР-10, Na-3421, K-979, Ca-326, Mg-224, P-593, Fe-9			178

1-4 класс

ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, K-255, Ca-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	26-85
ЭЦ-213, Б-17, Ж-16, Вит.РР-3, Na-335, Ca-3, P-1	.051/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	47-23
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1кг/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-666, Б-28, Ж-31, У-68, Вит.С-28, Вит.РР-8, Na-1657, K-289, Ca-36, Mg-139, P-226, Fe-5			84

5-11 класс

ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, K-306, Ca-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	29-61
ЭЦ-259, Б-21, Ж-20, Вит.РР-3, Na-408, Ca-4, P-1	.062/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	57-47
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1кг/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-779, Б-34, Ж-38, У-77, Вит.С-28, Вит.РР-8, Na-1958, K-340, Ca-42, Mg-165, P-266, Fe-5			97

Руководитель

Зав.производством