

Меню школа №10

эн. 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	.200/5	Каша гречневая с маслом сливочным	17-90
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное №337,	11-04
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком № 692	12-69
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-178, Б-8, Ж-10, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, K-375, Ca-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/30/10	Суп картоф. с крупой (конс. масло рас.) № 138	26-43
ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, Вит.С-4, Na-783, K-167, Ca-29, Mg-13, P-25, Fe-1	.060	Салат из свеклы с р/маслом	4-61
ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, K-442, Ca-42, Mg-68, P-246, Fe-2	.050/150	Плов по - узбекски	58-59
ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, K-180, Ca-11, Mg-6, P-11	.200	Напиток из сока	18-86
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1464, Б-53, Ж-59, У-182, Вит.А-6, Вит.С-26, Вит.РР-7, Na-2571, K-1772, Ca-391, Mg-250, P-791, Fe-8			154

ОВЗ 5-11 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	22-03
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное №337,	11-04
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком № 692	12-69
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/35/10	Суп картоф. с крупой (конс. масло рас.) № 138	33-30
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	13-56
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, K-109, Ca-44, Mg-10, P-57, Fe-1	.090/6	Зразы рубленые	51-18
ЭЦ-544, Б-5, Ж-35, У-56, Na-63, K-70, Ca-34, Mg-7, P-54, Fe-1	.105	Пирожное Черемушка	25-80
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром № 685	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	.2к/31,25г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-2188, Б-63, Ж-97, У-270, Вит.А-2, Вит.С-25, Вит.РР-6, Na-3985, K-1422, Ca-426, Mg-235, P-783, Fe-10			178

1-4 класс

ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, Вит.С-4, Na-783, K-167, Ca-29, Mg-13, P-25, Fe-1	.060	Салат из свеклы с р/маслом	4-61
ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, K-442, Ca-42, Mg-68, P-246, Fe-2	.050/150	Плов по - узбекски	58-59
ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, K-180, Ca-11, Mg-6, P-11	.200	Напиток из сока	18-86
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-707, Б-24, Ж-29, У-88, Вит.А-5, Вит.С-11, Вит.РР-5, Na-1051, K-823, Ca-89, Mg-92, P-306, Fe-3			84

5-11 класс

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	13-56
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, K-109, Ca-44, Mg-10, P-57, Fe-1	.090/6	Зразы рубленые	51-18
ЭЦ-544, Б-5, Ж-35, У-56, Na-63, K-70, Ca-34, Mg-7, P-54, Fe-1	.105	Пирожное Черемушка	25-80
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром № 685	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	.2к/31,25г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-1386, Б-32, Ж-65, У-173, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-4, Na-2267, K-379, Ca-119, Mg-71, P-285, Fe-5			97

Руководитель

Зав.производством

