

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/14	Бутерброд с сыром № 3,	12-51
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	22-04
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком № 693	12-38
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, К-486, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/15	Суп картоф.с мак.изд., мясом	23-07
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре № 520	16-93
ЭЦ-27, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, К-50, Са-17, Mg-5, P-9	.050	Салат из свежей капусты	4-07
ЭЦ-589, Б-16, Ж-26, У-54, Na-776, К-3, Са-9, Mg-1, P-5	.050	Шницель н-р	44-69
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	16-88
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая стр.46	1-43
ЭЦ-1784, Б-48, Ж-66, У-232, Вит.А-1, Вит.С-55, Вит.РР-5, Na-3984, К-1947, Са-586, Mg-217, P-676, Fe-7			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/16	Бутерброд с сыром № 3,	14-08
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	22-04
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком № 693	12-38
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-362, Б-7, Ж-14, У-52, Вит.РР-1, Na-275, К-115, Са-40, Mg-13, P-80, Fe-1	.100	Рогалик сдобный	9-70
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, К-486, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/15	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	23-07
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/20	Запеканка творожная с мол. сгущеным №366,	67-45
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром № 685	2-60
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	3-88
ЭЦ-1952, Б-64, Ж-81, У-242, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-21, Вит.РР-6, Na-2200, К-1517, Са-856, Mg-241, P-1057, Fe-9			178

1-4 класс

ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре № 520	16-93
ЭЦ-27, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, К-50, Са-17, Mg-5, P-9	.050	Салат из свежей капусты	4-07
ЭЦ-589, Б-16, Ж-26, У-54, Na-776, К-3, Са-9, Mg-1, P-5	.050	Шницель н-р	44-69
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	16-88
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая стр.46	1-43
ЭЦ-970, Б-21, Ж-35, У-125, Вит.С-36, Вит.РР-2, Na-2523, К-919, Са-94, Mg-48, P-142, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, К-486, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/15	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	23-07
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/20	Запеканка творожная с мол. сгущеным №366,	67-45
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром № 685	2-60
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	3-88
ЭЦ-944, Б-36, Ж-44, У-102, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-18, Вит.РР-4, Na-1052, К-799, Са-306, Mg-78, P-476, Fe-4			97

Руководитель

Зав.производством