Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимос ь питані
микроэлементы (мг)			
	<u>OB3_1</u>	<u>-4 класс</u>	
9Ц-3U3, b-6, ж-12, У-43, ВИТ.С-1, ВИТ.РР-1, Na-444, К- 103-109-13-9, №537-2-190/г-6-1, Na-189, K-62, Ca- 12. Mo-8. P-47. Fe-1 9Ц-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/9	Каша рисовая с маслом	23-73
	.075	Слойка с яблоком	18-99
	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24 ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, ВИТ.А-1, ВИТ.С-24, ВИТ.РР-2, NG-585, K-27, Ca-3-4 MB 77, P-65, Na-2441, K-77, Ca-36. Mo-11. P-59. Fe-1 ЭЦ-208, Б-17, Ж-16, ВИТ.РР-2, Na-329, Ca-3, P-1 ЭЦ-170, У-28, ВИТ.С-2, Na-6, K-70, Ca-9, Mg-5, P-7, Pe- 14,-172, Б-6, Ж-1, У-35, ВИТ.РР-1, Na-362, K-67, Ca- 15, Mo-10, P-47, Fe-1	.1κ/31, 25 г	Хлеб витаминный	1-94
	.200/20/10	Щи из св капусты с цыпленком,	20-80
	.180	Макаронные изделия отварные	12-65
	.050/5	Бифштекс нат. руб. с маслом	55-62
	.200	Компот из груш	13-79
	.2ĸ/62,5z	Хлеб витаминный	3-88
р. Мб-10 Р-47 Fe-1 рЦ-1498, Б-47, Ж-49, У-218, Вит.А-1, Вит.С-27,	,		154
	OB3 5	-11 клас <u>с</u>	
9Ц-3U3, b-6, Ж-12, У-43, Вит.С-7, Вит.РР-1, Na-444, К- 193. Ca-130. Mo-37. P-160. Fe-1 9Ц-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 9Ц-179, b-5, Ж-5, У-29, Вит.РР-1, Na-189, К-b2, Са- 12. Mo-8. P-47. Fe-1 9Ц-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.200/5	Каша рисовая с маслом	20-46
	.200/15	Чай с сахаром	2-60
	.075	Слойка с яблоком	18-99
	.1κ/31,25z	Хлеб витаминный .	1-94
Ц-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1um.	Шоколад "Аленка"	17-88
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, ВИТ.А-1, ВИТ.С-24, ВИТ.РР-2, 9E-588, K-877, G-8-49-4М-ВАР, РР95, R8-1141, К-255, G-266, MB-3, X-7, SV-5, EBT. С-2, NA-178, К-38, СА-5, MB-8-67, Z-5, У-127, ВИТ.А-13000, ВИТ.С-40, ВИТ.РР-2, NE-37, K-8-58, С-9-8-98, МВ-1РР-7, NB-3-62, К-87, СА-	.200/14/10	Щи из св капусты с цыпленком,	17-19
	.150/44	Каша гречневая рассыпчатая с лечо	26-91
	.067/50	Колбаса отварная с соусом	49-19
	0.200	Сок Фруктовый	18-96
	.2κ/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
5. Mg-10. P-47. Fe-1. IЦ-2244, Б-48, Ж-73, У-343, Вит.А-13001,	1210 02,50	12100 001111111111111111111111111111111	178
	1-4	класс	
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, ВИТ.РР-1, Na-2441, K-77, Ca- 36, Ma-11, P-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	12-65
ы. мо-тт. Р-59. ге-т Ц-208, Б-17, Ж-16, Вит.РР-2, Na-329, Ca-3, Р-1	.050/5	Бифштекс нат. руб. с маслом	55-62
Ц-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-70, Ca-9, Mg-5, Р-7, Fe-	.200	Компот из груш	13-79
Ц-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, Р-24	.1κ/31,25ε	Хлеб витаминный	1-94
)Ц-657, Б-26, Ж-22, У-89, Вит.C-2, Вит.РР-3,	,		84
	<u>5-11</u>	класс	
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, ВИТ.РР-1, Na-1141, K-255,	.150/44	Каша гречневая рассыпчатая с лечо	26-91
а-26ь Mg-134 F-201-5, вит. С-2, Na-178, К-36, Са-5,	.067/50	Колбаса отварная с соусом	49-19
МД-3-51-7-5, У-127, ВИТ.А-13000, ВИТ.С-40, ВИТ.РР-2, Na-20. K-2450. Ca-200. Mo-100. P-180. Fe-2 ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	0.200	Сок Фруктовый	18-96
	.1κ/31,25ε	Хлеб витаминный	1-94
DL-1175, Б-25, Ж-33, У-189, Вит.А-13000.		0.17	97

Зав.производством