Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г),	Выход		Стоимос
углеводы (г), витамины (мг),	DDINOX	Наименование блюда	ь питани
микроэлементы (мг)			
	<u>OB3 1</u>	<u>-4 класс</u>	
3U-66, 5-5, X-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1 3U-3U1, b-7, X-12, Y-41, BUT.C-1, BUT.PP-1, Na-438, K- 3U-707, 13-3; MG-72-Poi, Na-500, K-39, Ca-9, Mg-6, P- 28U-57, b-8, X-2, Y-17, BUT.C-4, BUT.PP-3, Na-17, K- 101-148-248, M9, V-59, BM-6, Fe-3, Na-236, K-54, Ca- 101-M07, B-3, K-6-1, 14, BUT.A-1, BUT.C-13, BUT.PP-1, No-525, K-25, K-34, M9, BUT.A-1, BUT.C-13, BUT.PP-1, BUT-PO, L-Na-A-9, K-221, Na-256, M93, U-3, Mg-6, P- 28 3U-57, Y-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 3U-172, B-6, X-1, Y-36, BUT.PP-1, Na-362, K-67, Ca- 15, M0-10, P-47, Fe-1 3U-1771, B-63, X-77, Y-222, BUT.A-9, BUT.B-2-1,	.1um	Яйцо отварное	11-04
	.200/5	Каша манная с маслом	18-22
	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
	.200/15	Чай пакетированный	4-65
	.050	Булка формовая с	2-38
	.200/15/7	Суп картоф. с крупой, с рыбой	22
	.150/15	Запеканка творожная с мол.	65-60
	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-42
	.200/15	Чай с сахаром	2-60
	.2ĸ/62,5z	Хлеб витаминный	3-88
			154
	OB3 5	-11 класс	
34-66, 6-5, X-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1 34-301, b-7, X-12, Y-41, BUT.C-1, BUT.PP-1, Na-438, K- 293-76, 6-3; Mg-2, P-0, Na-260, K-39, Ca-9, Mg-6, P- 26-57, b-8, X-2, Y-17, BUT.C-4, BUT.PP-3, Na-17, K- 1042. Ca-208. Mg-185. P-346. Fe-34 34-134, b-5, X-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24 34-134, b-5, X-4, Y-17, BUT.A-1, BUT.C-17, BUT.PP-1, Na-283, K-46, X-18-5, Mg-26, Mg-6, Eg-1, C-6, BUT.PP-2, Na-289, K-4, X-7, X-6, Mg-1, S-7, S-7, S-7, Na-1451, K-13-7, Fe-8, X-2, Y-17, BUT.C-4, BUT.PP-3, Na-17, K- 104-17, Fe-8, X-2, Y-17, BUT.C-4, BUT.PP-3, Na-17, K- 104-17, Ca-208, X-2, Y-17, BUT.C-4, BUT.PP-3, Y-2, Y-17, BUT.C-4, BUT	.1um	Яйцо отварное	11-04
	.200/10	Каша манная с маслом	22-36
	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-63
	.200/15	Чай пакетированный	4-65
	.1ĸ/31,25z	Хлеб витаминный	1-94
	.250/15/10	Суп картоф. с крупой, с рыбой	24-44
	.090/50	Тефтели с соусом	44-92
	.180	Картофельное пюре	20-32
	.31,25/30	Бутерброд с сыром	25-17
	.200/15	Чай пакетированный	4-65
	.2ĸ/62,5z	Хлеб витаминный	3-88
Ц-1684, Б-71, Ж-66, У-229, Вит.А-2, Вит.С-63,	, , , , , ,		178
	1-4	<i>класс</i>	
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, ВИТ.А-8, ВИТ.В2-1, ВИТ.С-1, ВИТ-РС,1ь Na-809, K-221, Ga-254, M93,9 СБ-3,5Ng-6-1- 28 ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, Р-8, Fe-1 ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, ВИТ.РР-1, Na-236, K-54, Ca-	.150/15	Запеканка творожная с мол.	65-60
	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-42
	.200/15	Чай с сахаром	2-60
	.050	Булка формовая	2-38
0. Ма-7. Р-37. Fe-1 РЦ-898, Б-30, Ж-44, У-95, Вит.А-8, Вит.В2-1,	.050	Dynna qopmoun	84
	5-11	класс	
ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2,	.090/50	Тефтели с соусом	44-92
8-2689, K-4,48-P, 9-46, MR-1.5-5-5-164F,5-1-2, Na-1451,	.090/30	2	20-32
19-16-64 ж9-49-18-18-564-к-би, Са-2их, мд-1б,		Картофельное пюре Бутерброд с сыром	
Р-134, Fe-1 ЭЦ-57, Б-8, ж-2, У-17, вит.С-4, вит.РР-3, №-17, К-	.31,25/30	ьутеророо с сыром Чай пакетированный	25-17 4.65
042. Са-208. Мо-185. Р-346. Fe-34 Ц-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.200/15	чаи пакетированный Хлеб витаминный, 1 кус.	4-65
Ц-66, Б-3, У-16, Na-161, N-34, Са-7, Mg-5, Р-24 0Ц-784, Б-37, Ж-33, У-99, Вит.А-1, Вит.С-41,	.1ĸ/31,25z	ллео витиминный 1 кус.	<u>1-94</u> 97

Руководитель

Зав.производством