

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	11-04
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, K-241, Ca-202, Mg-23, P-150	.200/9	Каша ячневая с маслом	21-13
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, K-411, Ca-33, Mg-23, P-67, Fe-1	.200/10/10	Рассольник Ленин. мясом, сметаной	23-08
ЭЦ-543, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-98, K-272, Ca-298, Mg-43, P-379, Fe-1	.150/30	Запеканка творожная с молоко сгущ.	76-10
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-94
ЭЦ-1552, Б-51, Ж-70, У-181, Вит.А-19, Вит.В2-1, Вит.С-18, Вит.РР-2, Na-2032, K-1213, Ca-649, Mg-125, P-814, Fe-5			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	11-04
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, K-241, Ca-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	21-54
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/14	Бутерброд с маслом сливочным	13-29
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, K-513, Ca-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленин. мясом, сметаной	30-59
ЭЦ-342, Б-11, Ж-8, У-55, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-703, K-431, Ca-30, Mg-179, P-267, Fe-6	.180/35	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. помидоров	29-15
ЭЦ-435, Б-10, Ж-30, У-4, Вит.С-3, Na-3, K-66, Ca-5, Mg-4, P-12	.052/52	Гуляш	46-95
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-2450, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	18-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-2280, Б-52, Ж-74, У-318, Вит.А-13001, Вит.С-71, Вит.РР-5, Na-2839, K-3892, Ca-529, Mg-360, P-857, Fe-11			178

1-4 класс

ЭЦ-543, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-98, K-272, Ca-298, Mg-43, P-379, Fe-1	.150/30	Запеканка творожная с молоко сгущ.	76-10
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-715, Б-29, Ж-36, У-71, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-305, K-404, Ca-370, Mg-59, P-456, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-342, Б-11, Ж-8, У-55, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-703, K-431, Ca-30, Mg-179, P-267, Fe-6	.180/35	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. помидоров	29-15
ЭЦ-435, Б-10, Ж-30, У-4, Вит.С-3, Na-3, K-66, Ca-5, Mg-4, P-12	.052/52	Гуляш из свинины	46-95
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-2450, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	18-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1413, Б-29, Ж-38, У-204, Вит.А-13000, Вит.С-52, Вит.РР-4, Na-907, K-2981, Ca-242, Mg-288, P-483, Fe-8			97

Руководитель

Зав.производством