

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/14	Бутерброд с маслом сливочным	13-65
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	Каша рисовая с маслом	20-39
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-96
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	28-06
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	12-65
ЭЦ-236, Б-11, Ж-15, У-15, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2211, К-118, Са-38, Mg-12, P-42, Fe-1	.074/50	Тефтели с соусом	46-61
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-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	3-88
ЭЦ-1465, Б-45, Ж-57, У-198, Вит.А-2, Вит.С-20, Вит.РР-6, Na-6307, К-984, Са-370, Mg-111, P-474, Fe-6			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/14	Бутерброд с маслом сливочным	13-65
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	Каша рисовая с маслом	20-39
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-96
ЭЦ-330, Б-4, Ж-15, У-46, Вит.РР-1, Na-38, К-76, Са-15, Mg-8, P-43, Fe-1	.072	Песочная Турбинка	11
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	28-06
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	29-40
ЭЦ-446, Б-10, Ж-30, У-7, Na-1282, К-3, Са-14, Mg-1, P-6	.062	Шницель н-р	49-47
ЭЦ-310, Б-3, Ж-20, У-32, Na-36, К-40, Са-19, Mg-4, P-31	.060	Пирожное Черемушка	13-59
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	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	3-88
ЭЦ-2281, Б-48, Ж-107, У-264, Вит.А-1, Вит.С-45, Вит.РР-6, Na-4442, К-1784, Са-362, Mg-139, P-541, Fe-8			178

1-4 класс

ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	12-65
ЭЦ-236, Б-11, Ж-15, У-15, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2211, К-118, Са-38, Mg-12, P-42, Fe-1	.074/50	Тефтели с соусом	46-61
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-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-599, Б-21, Ж-22, У-78, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-4854, К-290, Са-131, Mg-34, P-163, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	29-40
ЭЦ-446, Б-10, Ж-30, У-7, Na-1282, К-3, Са-14, Mg-1, P-6	.062	Шницель н-р	49-47
ЭЦ-310, Б-3, Ж-20, У-32, Na-36, К-40, Са-19, Mg-4, P-31	.060	Пирожное Черемушка	13-59
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1085, Б-20, Ж-57, У-98, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-2951, К-1014, Са-108, Mg-54, P-187, Fe-3			97

Руководитель

Зав.производством