

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, Na-469, К-239, Са-200, Mg-23, P-149	.200/10	Каша пшеничная с маслом	22-70
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./15	Бутерброд с сыром	14-08
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-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/20/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	25-32
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-448, Б-19, Ж-23, У-40, Вит.А-4, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-77, К-433, Са-41, Mg-66, P-242, Fe-2	.049/150	Плов по - узбекски	74-68
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1579, Б-55, Ж-57, У-213, Вит.А-6, Вит.С-20, Вит.РР-8, Na-1917, К-1301, Са-591, Mg-168, P-734, Fe-6			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, Na-469, К-239, Са-200, Mg-23, P-149	.200/10	Каша пшеничная с маслом	22-70
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./20	Бутерброд с сыром	22-10
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-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	28-30
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	22-81
ЭЦ-211, Б-17, Ж-16, Вит.РР-2, Na-334, К-7, Са-9, Mg-1, P-5	.050/50	Бифитес натр. рубленый с-с	52-66
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-388, Б-4, Ж-25, У-40, Na-45, К-50, Са-24, Mg-5, P-38	.075	Пирожное Черемушка	16-99
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-1997, Б-64, Ж-91, У-237, Вит.А-1, Вит.С-15, Вит.РР-6, Na-3357, К-1169, Са-583, Mg-225, P-714, Fe-10			178

1-4 класс

ЭЦ-448, Б-19, Ж-23, У-40, Вит.А-4, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-77, К-433, Са-41, Mg-66, P-242, Fe-2	.049/150	Плов по - узбекски	74-68
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-657, Б-23, Ж-23, У-89, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-262, К-502, Са-80, Mg-92, P-295, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	22-81
ЭЦ-211, Б-17, Ж-16, Вит.РР-2, Na-334, К-7, Са-9, Mg-1, P-5	.050/50	Бифитес натр. рубленый с-с	52-66
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-388, Б-4, Ж-25, У-40, Na-45, К-50, Са-24, Mg-5, P-38	.075	Пирожное Черемушка	16-99
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1075, Б-32, Ж-56, У-114, Вит.РР-3, Na-1702, К-371, Са-71, Mg-149, P-276, Fe-6			97

Руководитель

Зав. производством