

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	22-36
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-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, Na-405, К-109, Са-24, Mg-13, P-87, Fe-1	.050	Языки слоеные	16-33
ЭЦ-178, Б-8, Ж-10, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/16	Суп картоф. с крупой (конс. масло рас.)	23-41
ЭЦ-9, Б-1, У-1, Вит.С-3, Na-67, К-95, Са-15, Mg-9, P-16	.037	Огурец консервированный	12-69
ЭЦ-249, Б-13, Ж-12, У-21, Вит.С-28, Вит.РР-3, Na-34, К-731, Са-18, Mg-32, P-79, Fe-1	.050/150	Жаркое по-домашнему	47-81
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Компот из св. мандаринов	21-56
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-1540, Б-45, Ж-56, У-216, Вит.А-1, Вит.С-46, Вит.РР-7, Na-2127, К-1679, Са-290, Mg-117, P-462, Fe-6			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	22-36
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-560, Б-10, Ж-25, У-74, Вит.РР-1, Na-527, К-142, Са-31, Mg-16, P-113, Fe-2	.065	Языки слоеные	21-23
ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/20	Суп картоф. с крупой (конс. масло рас.)	29-51
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	14-06
ЭЦ-285, Б-15, Ж-25, У-1, Вит.РР-6, Na-971, К-160, Са-23, Mg-15, P-138, Fe-1	.059/5	Котлета натуральная из филе птицы с маслом сл	66-73
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-29
ЭЦ-133, Б-34, К-1, Са-5, Mg-2, P-2	.1шт	Конфеты "Ух-Ты"	9-98
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 2 кус.	3-88
ЭЦ-2097, Б-99, Ж-86, У-249, Вит.А-1, Вит.С-23, Вит.РР-14, Na-6046, К-2267, Са-543, Mg-299, P-958, Fe-42			178

1-4 класс

ЭЦ-9, Б-1, У-1, Вит.С-3, Na-67, К-95, Са-15, Mg-9, P-16	.037	Огурец консервированный (пори)	12-69
ЭЦ-249, Б-13, Ж-12, У-21, Вит.С-28, Вит.РР-3, Na-34, К-731, Са-18, Mg-32, P-79, Fe-1	.050/150	Жаркое по-домашнему	47-81
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Компот из св. мандаринов	21-56
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-458, Б-17, Ж-12, У-70, Вит.С-31, Вит.РР-3, Na-282, К-861, Са-41, Mg-46, P-119, Fe-1			84

5-11 класс

ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	14-06
ЭЦ-285, Б-15, Ж-25, У-1, Вит.РР-6, Na-971, К-160, Са-23, Mg-15, P-138, Fe-1	.059/5	Котлета натуральная из филе птицы с маслом сл	66-73
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-29
ЭЦ-133, Б-34, К-1, Са-5, Mg-2, P-2	.1шт	Конфеты "Ух-Ты"	9-98
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-841, Б-67, Ж-34, У-83, Вит.С-4, Вит.РР-10, Na-3881, К-1322, Са-282, Mg-219, P-576, Fe-36			97

Руководитель

Зав. производством