

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	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-34
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	.200/10	Каша рисовая с маслом	24-59
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленинг. с филе цып, сметан	26-53
ЭЦ-543, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-98, К-272, Са-298, Mg-43, P-379, Fe-1	.150/21	Запеканка творожная с молоко сгущ.	69-82
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе растворимый с молоком	12-72
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-46
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1476, Б-43, Ж-66, У-182, Вит.А-19, Вит.В2-1, Вит.С-20, Вит.РР-3, Na-2114, К-1181, Са-556, Mg-135, P-749, Fe-4			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
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	.200/8	Каша рисовая с маслом	23-39
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-60
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-27, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, К-50, Са-17, Mg-5, P-9	.050	Салат из свежей капусты	5-43
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленинг. с филе цып, сметан(м.сл)	26-53
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-34, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	17-72
ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-63, Са-5, Mg-4, P-12	.050/50	Гуляш	44-29
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-74
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-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт.	Шоколад "Аленка"	17-88
ЭЦ-2247, Б-40, Ж-99, У-276, Вит.А-1, Вит.С-62, Вит.РР-6, Na-4051, К-1950, Са-307, Mg-146, P-538, Fe-7			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, К-272, Са-298, Mg-43, P-379, Fe-1	.150/21	Запеканка творожная с молоко сгущ.	69-82
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе растворимый с молоком	12-72
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-46
ЭЦ-709, Б-28, Ж-37, У-68, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-264, К-377, Са-364, Mg-54, P-446, Fe-1			84

5-11 класс

ЭЦ-27, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, К-50, Са-17, Mg-5, P-9	.050	Салат из свежей капусты № 43	5-43
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-34, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	17-72
ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-63, Са-5, Mg-4, P-12	.050/50	Гуляш	44-29
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-74
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1	1-94
ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт.	Шоколад "Аленка"	17-88
ЭЦ-1049, Б-17, Ж-50, У-106, Вит.С-44, Вит.РР-2, Na-1796, К-1038, Са-90, Mg-52, P-149, Fe-2			97

Руководитель

Зав.производством