

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, На-469, К-239, Са-200, Mg-23, P-149	.200/10	Каша пшеничная с маслом	22-78
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-34
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	12-41
ЭЦ-88, Б-1, Ж-8, У-3, Вит.А-1, Вит.С-12, На-219, К-91, Са-19, Mg-10, P-15	.055	Салат Осенний	10-97
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, На-482, К-266, Са-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	18-71
ЭЦ-410, Б-9, Ж-27, У-7, На-1179, К-3, Са-12, Mg-1, P-6	.057/50	Шницель н-р	47-09
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, На-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	16-02
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный	3-52
ЭЦ-1821, Б-47, Ж-79, У-208, Вит.А-2, Вит.С-52, Вит.РР-7, На-3544, К-1124, Са-417, Mg-221, P-589, Fe-7			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-366, Б-10, Ж-15, У-47, Вит.С-2, На-469, К-239, Са-200, Mg-23, P-149	.200/10	Каша пшеничная с маслом	22-78
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/7/15	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	18-92
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком № 693	12-41
ЭЦ-96, Б-1, Ж-9, У-3, Вит.А-1, Вит.С-13, На-239, К-99, Са-20, Mg-11, P-17	.060	Салат Осенний	11-91
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, На-602, К-332, Са-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	25-13
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	59-35
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4-23
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./22	Бутерброд с сыром	19-75
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный	3-52
ЭЦ-2163, Б-53, Ж-99, У-241, Вит.А-8, Вит.С-33, Вит.РР-4, На-2313, К-1243, Са-651, Mg-163, P-669, Fe-5			178

1-4 класс

ЭЦ-88, Б-1, Ж-8, У-3, Вит.А-1, Вит.С-12, На-219, К-91, Са-19, Mg-10, P-15	.055	Салат Осенний	10-97
ЭЦ-410, Б-9, Ж-27, У-7, На-1179, К-3, Са-12, Mg-1, P-6	.057/50	Шницель н-р	47-09
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, На-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	16-02
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-896, Б-22, Ж-42, У-81, Вит.А-1, Вит.С-40, Вит.РР-5, На-2162, К-400, Са-58, Mg-159, P-260, Fe-5			84

5-11 класс

ЭЦ-96, Б-1, Ж-9, У-3, Вит.А-1, Вит.С-13, На-239, К-99, Са-20, Mg-11, P-17	.060	Салат Осенний	11-91
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	59-35
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4-23
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./22	Бутерброд с сыром	19-75
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-1200, Б-26, Ж-60, У-109, Вит.А-7, Вит.С-18, Вит.РР-2, На-811, К-453, Са-286, Mg-97, P-331, Fe-3			97

Руководитель

Зав. производством