

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./19	Бутерброд с сыром	17-31
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/9	Каша ячневая с маслом	20-68
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	7-99
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-585, К-277, Са-43, Mg-20, P-65, Fe-1	.200/20/6	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	22-08
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	72-64
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, К-51, Са-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	6-79
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
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-1942, Б-48, Ж-88, У-205, Вит.А-8, Вит.С-35, Вит.РР-5, Na-1899, К-1149, Са-656, Mg-166, P-681, Fe-6			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./23	Бутерброд с сыром	21-04
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	21-88
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	7-99
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/25/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	28-15
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/25	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	27-71
ЭЦ-432, Б-10, Ж-29, У-7, Na-1241, К-3, Са-13, Mg-1, P-6	.060/50	Шницель н-р	49-55
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-379, Б-5, Ж-15, У-57, Na-81, К-57, Са-14, Mg-7, P-48, Fe-1	.092	Кекс Чайный	15-17
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-2228, Б-57, Ж-99, У-255, Вит.А-1, Вит.С-33, Вит.РР-4, Na-4670, К-1251, Са-661, Mg-260, P-806, Fe-10			178

1-4 класс

ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	72-64
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, К-51, Са-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	6-79
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1101, Б-20, Ж-54, У-99, Вит.А-7, Вит.С-8, Вит.РР-2, Na-249, К-392, Са-75, Mg-88, P-219, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/25	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	27-71
ЭЦ-432, Б-10, Ж-29, У-7, Na-1241, К-3, Са-13, Mg-1, P-6	.060/50	Шницель н-р	49-55
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-379, Б-5, Ж-15, У-57, Na-81, К-57, Са-14, Mg-7, P-48, Fe-1	.092	Кекс Чайный	15-17
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1354, Б-28, Ж-62, У-147, Вит.РР-1, Na-2873, К-425, Са-70, Mg-177, P-327, Fe-7			97

Руководитель
Зав.производством

