

Меню Школа № 10

зн. 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	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
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-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе растворимый на молоке	12-85
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-46
ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-411, Са-33, Mg-23, P-67, Fe-1	.200/10/10	Рассольник Ленинг. с филе цып, сметан	21-84
ЭЦ-302, Б-5, Ж-8, У-50, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-752, К-105, Са-20, Mg-39, P-116, Fe-1	.195	Рис припущенный с овощами	13-91
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.060/60	Гуляш	53-72
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	14-61
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 народный	3-52
ЭЦ-1870, Б-40, Ж-75, У-226, Вит.А-2, Вит.С-25, Вит.РР-3, Na-2778, К-1110, Са-359, Mg-122, P-495, 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-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-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	12-85
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-46
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	.250/20/15	Рассольник Ленинг. с филе цып, сметан	32-84
ЭЦ-310, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	14-26
ЭЦ-279, Б-15, Ж-18, У-14, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-986, К-101, Са-41, Mg-10, P-52, Fe-1	.083/5	Зразы рубленые с маслом сливочным	53-88
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./30	Бутерброд с сыром	26-23
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-1723, Б-50, Ж-67, У-231, Вит.А-2, Вит.С-26, Вит.РР-4, Na-4163, К-1226, Са-600, Mg-144, P-665, Fe-5			178

1-4 класс

ЭЦ-302, Б-5, Ж-8, У-50, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-752, К-105, Са-20, Mg-39, P-116, Fe-1	.195	Рис припущенный с овощами	13-91
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.060/60	Гуляш	53-72
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	14-61
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-990, Б-19, Ж-42, У-100, Вит.А-1, Вит.С-8, Вит.РР-1, Na-942, К-281, Са-41, Mg-54, P-160, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-310, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	14-26
ЭЦ-279, Б-15, Ж-18, У-14, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-986, К-101, Са-41, Mg-10, P-52, Fe-1	.083/5	Зразы рубленые с маслом сливочным	53-88
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./30	Бутерброд с сыром	26-23
ЭЦ-813, Б-28, Ж-33, У-100, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2122, К-294, Са-275, Mg-70, P-313, Fe-4			97

Руководитель

Зав.производством