

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, K-241, Ca-202, Mg-23, P-150	.200/7	Каша ячневая с маслом	19-40
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт.	Шоколад Аленка	17-88
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, K-266, Ca-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	17-94
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, K-77, Ca-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	12-65
ЭЦ-455, Б-25, Ж-25, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5079, K-131, Ca-65, Mg-16, P-51, Fe-1	.098/5	Котлета мясная с маслом	54-68
ЭЦ-114, У-30, K-1, Ca-1	.200	Компот из св. мандаринов	14-73
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-1940, Б-57, Ж-75, У-261, Вит.А-2, Вит.С-16, Вит.РР-7, Na-9035, K-847, Ca-355, Mg-84, P-382, Fe-5			154

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, K-241, Ca-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	21-88
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/11	Бутерброд с маслом сливочным	11-40
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт.	Шоколад Аленка	17-88
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, K-332, Ca-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/15/15	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	25-27
ЭЦ-503, Б-21, Ж-26, У-45, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-86, K-486, Ca-46, Mg-74, P-271, Fe-2	.055/150	Плов по - узбекски	59-68
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4-22
ЭЦ-605, Б-5, Ж-39, У-62, Na-70, K-78, Ca-38, Mg-8, P-60, Fe-1	.117	Пирожное Черемушка	31-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-2321, Б-54, Ж-111, У-283, Вит.А-6, Вит.С-18, Вит.РР-7, Na-1792, K-1293, Ca-348, Mg-147, P-620, Fe-7			178

1-4 класс

ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, K-77, Ca-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	12-65
ЭЦ-455, Б-25, Ж-25, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5079, K-131, Ca-65, Mg-16, P-51, Fe-1	.098/5	Котлета мясная с маслом	54-68
ЭЦ-114, У-30, K-1, Ca-1	.200	Компот из св. мандаринов	14-73
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-908, Б-34, Ж-31, У-123, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-5, Na-7701, K-243, Ca-109, Mg-32, P-134, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-503, Б-21, Ж-26, У-45, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-86, K-486, Ca-46, Mg-74, P-271, Fe-2	.055/150	Плов по - узбекски	59-68
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4-22
ЭЦ-605, Б-5, Ж-39, У-62, Na-70, K-78, Ca-38, Mg-8, P-60, Fe-1	.117	Пирожное Черемушка	31-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-1251, Б-29, Ж-65, У-140, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-338, K-623, Ca-96, Mg-91, P-363, Fe-4			97

Руководитель

Зав. производством