

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс завтрак

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	11-04
ЭЦ-328, Б-10, Ж-11, У-47, Вит.С-2, Na-469, K-238, Ca-200, Mg-23, P-148	.200/10	Каша пшеничная с маслом	23-19
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, K-73, Ca-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе растворимый на молоке	12-91
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, K-265, Ca-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/10/8	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	18-38
ЭЦ-214, Б-6, Ж-5, У-36, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-2037, K-106, Ca-37, Mg-14, P-62, Fe-1	.150/30	Макаронные изделия отварные с нарезкой из св. помидоров	19-85
ЭЦ-271, Б-13, Ж-17, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2540, K-135, Ca-44, Mg-14, P-48, Fe-1	.085/50	Тефтели с соусом	42-48
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-70, Ca-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	19-43
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	4-48
ЭЦ-1501, Б-53, Ж-50, У-213, Вит.А-2, Вит.С-23, Вит.РР-5, Na-6157, K-1047, Ca-417, Mg-97, P-500, Fe-6			154

ОВЗ 5-11 класс завтрак

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное №337,	11-04
ЭЦ-361, Б-11, Ж-12, У-52, Вит.С-2, Na-516, K-262, Ca-220, Mg-25, P-163	.220/13	Каша пшеничная с маслом	27-31
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, K-73, Ca-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе растворимый на молоке	12-91
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, K-331, Ca-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	25-26
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2444, K-127, Ca-44, Mg-16, P-74, Fe-1	.180/25	Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов	20-41
ЭЦ-660, Б-18, Ж-29, У-61, Na-869, K-3, Ca-10, Mg-1, P-5	.056/5	Шницель н-р с маслом сл.	56-03
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./15	Бутерброд с сыром	15-69
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	4-48
ЭЦ-2124, Б-70, Ж-72, У-281, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-3, Na-5420, K-1041, Ca-619, Mg-107, P-628, Fe-6			178

1-4 класс

ЭЦ-214, Б-6, Ж-5, У-36, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-2037, K-106, Ca-37, Mg-14, P-62, Fe-1	.150/30	Макаронные изделия отварные с нарезкой из св. помидоров	19-85
ЭЦ-271, Б-13, Ж-17, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2540, K-135, Ca-44, Mg-14, P-48, Fe-1	.085/50	Тефтели с соусом	42-48
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-70, Ca-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	19-43
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-681, Б-22, Ж-22, У-99, Вит.А-1, Вит.С-11, Вит.РР-3, Na-4764, K-345, Ca-97, Mg-38, P-141, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2444, K-127, Ca-44, Mg-16, P-74, Fe-1	.180/25	Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов№	20-41
ЭЦ-660, Б-18, Ж-29, У-61, Na-869, K-3, Ca-10, Mg-1, P-5	.056/5	Шницель н-р с маслом сл.	56-03
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-63
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./15	Бутерброд с сыром	15-69
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-1227, Б-36, Ж-41, У-157, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-3859, K-249, Ca-274, Mg-42, P-245, Fe-3			97

Руководитель

Зав. производством


