

Меню Школа № 10

| эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), | Выход | Наименование блюда | Стоимость б питания |
|--|------------|---|------------------------|
| <u>ОВЗ 1-4 класс</u> | | | |
| ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28 | .31,25/10 | <i>Бутерброд с маслом сливочным</i> | 10-52 |
| ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1 | .200/9 | <i>Каша рисовая с маслом</i> | 24-69 |
| ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90 | .200 | <i>Кофейный напиток с молоком</i> | 8-22 |
| 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 | <i>Рассольник Ленин. мясом, сметаной</i> | 24-33 |
| ЭЦ-471, Б-21, Ж-29, У-31, Вит.А-16, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-85, К-236, Са-259, Mg-38, P-329, Fe-1 | .130/10 | <i>Запеканка творожная с молоко сгущ.</i> | 69-07 |
| ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45 | .200 | <i>Кофе растворимый с молоком</i> | 12-93 |
| ЭЦ-118, Б-3, Ж-1, У-23, Na-188, К-43, Са-8, Mg-6, P-30 | .040 | <i>Булка формовая</i> | 2 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 2-24 |
| ЭЦ-1467, Б-44, Ж-63, У-183, Вит.А-17, Вит.С-18, Вит.РР-3, Na-1992, К-1175, Са-626, Mg-136, P-773, Fe-3 | | | 154 |
| <u>ОВЗ 5-11 класс</u> | | | |
| ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28 | .31,25/10 | <i>Бутерброд с маслом сливочным</i> | 10-52 |
| ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1 | .200/10 | <i>Каша рисовая с маслом</i> | 25-16 |
| ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90 | .200 | <i>Кофейный напиток с молоком</i> | 8-22 |
| 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 | .250/15/10 | <i>Рассольник Ленин. мясом, сметаной</i> | 34-86 |
| ЭЦ-27, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, К-50, Са-17, Mg-5, P-9 | .050 | <i>Салат из свежей капусты</i> | 5-88 |
| ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2 | .180 | <i>Картофельное пюре</i> | 22-44 |
| ЭЦ-247, Б-14, Ж-18, У-6, Вит.С-1, Na-1572, К-41, Са-31, Mg-7, P-40 | .067 | <i>Суфле Рыбка</i> | 41-53 |
| ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34 | .200/15 | <i>Чай пакетированный</i> | 3-35 |
| ЭЦ-376, Б-5, Ж-16, У-53, Вит.РР-1, Na-86, К-83, Са-14, Mg-8, P-45, Fe-1 | .075 | <i>Пирог Сказка</i> | 21-56 |
| 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 | <i>Хлеб витаминный</i> | 4-48 |
| ЭЦ-1811, Б-53, Ж-79, У-241, Вит.А-1, Вит.С-63, Вит.РР-9, Na-5597, К-3091, Са-649, Mg-341, P-967, Fe-40 | | | 178 |
| <u>1-4 класс</u> | | | |
| ЭЦ-471, Б-21, Ж-29, У-31, Вит.А-16, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-85, К-236, Са-259, Mg-38, P-329, Fe-1 | .130/10 | <i>Запеканка творожная с молоко сгущ.</i> | 69-07 |
| ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45 | .200 | <i>Кофе растворимый с молоком</i> | 12-93 |
| ЭЦ-118, Б-3, Ж-1, У-23, Na-188, К-43, Са-8, Mg-6, P-30 | .040 | <i>Булка формовая</i> | 2 |
| ЭЦ-666, Б-26, Ж-32, У-68, Вит.А-16, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-298, К-352, Са-327, Mg-51, P-404, Fe-1 | | | 84 |
| <u>5-11 класс</u> | | | |
| ЭЦ-27, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, К-50, Са-17, Mg-5, P-9 | .050 | <i>Салат из свежей капусты</i> | 5-88 |
| ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2 | .180 | <i>Картофельное пюре</i> | 22-44 |
| ЭЦ-247, Б-14, Ж-18, У-6, Вит.С-1, Na-1572, К-41, Са-31, Mg-7, P-40 | .067 | <i>Суфле Рыбка</i> | 41-53 |
| ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34 | .200/15 | <i>Чай пакетированный</i> | 3-35 |
| ЭЦ-376, Б-5, Ж-16, У-53, Вит.РР-1, Na-86, К-83, Са-14, Mg-8, P-45, Fe-1 | .075 | <i>Пирог Сказка</i> | 21-56 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 2-24 |
| ЭЦ-980, Б-34, Ж-45, У-123, Вит.С-44, Вит.РР-6, Na-3698, К-2167, Са-341, Mg-250, P-583, Fe-37 | | | 97 |

Руководитель

Зав.производством