

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-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/6	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	15-25
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	<i>Ватрушка с творогом</i>	24-03
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-65, Б-3, Ж-5, У-2, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-15, К-79, Са-15, Mg-8, P-35	200/15	<i>Суп с клецками, мясом, сметаной</i>	18-02
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-315, Б-10, Ж-8, У-50, Вит.РР-2, Na-661, К-309, Са-23, Mg-162, P-244, Fe-5	.170	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	18-23
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.060/60	<i>Гуляш</i>	53-72
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	<i>Компот из яблок</i>	9-52
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	2-53
ЭЦ-2015, Б-53, Ж-72, У-257, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-6, Na-2035, К-1084, Са-335, Mg-234, P-625, Fe-9			154
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	18-83
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	<i>Ватрушка с творогом</i>	24-03
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-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-81, Б-3, Ж-7, У-2, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-19, К-99, Са-18, Mg-10, P-44	250/20	<i>Суп с клецками, мясом, сметаной</i>	25-44
ЭЦ-648, Б-14, Ж-37, У-35, Вит.С-46, Вит.РР-3, Na-57, К-1206, Са-29, Mg-53, P-130, Fe-2	.055/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	68-84
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Виталайт</i>	8-16
ЭЦ-382, Б-7, Ж-11, У-65, Вит.РР-1, Na-38, К-121, Са-50, Mg-14, P-88, Fe-1	.110	<i>Манник</i>	15-52
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-2178, Б-55, Ж-80, У-284, Вит.А-1, Вит.С-78, Вит.РР-12, Na-1584, К-1936, Са-386, Mg-135, P-600, Fe-6			178
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-315, Б-10, Ж-8, У-50, Вит.РР-2, Na-661, К-309, Са-23, Mg-162, P-244, Fe-5	.170	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	18-23
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.060/60	<i>Гуляш</i>	53-72
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	<i>Компот из яблок</i>	9-52
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	2-53
ЭЦ-1089, Б-25, Ж-43, У-117, Вит.С-11, Вит.РР-3, Na-912, К-562, Са-46, Mg-178, P-299, Fe-7			84
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-648, Б-14, Ж-37, У-35, Вит.С-46, Вит.РР-3, Na-57, К-1206, Са-29, Mg-53, P-130, Fe-2	.055/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	68-84
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Виталайт</i>	8-16
ЭЦ-382, Б-7, Ж-11, У-65, Вит.РР-1, Na-38, К-121, Са-50, Mg-14, P-88, Fe-1	.110	<i>Манник</i>	15-52
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-1236, Б-27, Ж-49, У-144, Вит.С-74, Вит.РР-9, Na-457, К-1394, Са-94, Mg-77, P-265, Fe-4			97

Руководитель
Зав. производством

