

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/5	<i>Каша гречневая с маслом сливочным</i>	19-82
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/15	<i>Бутерброд с сыром</i>	14-85
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>	12-98
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-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-802, К-313, Са-45, Mg-23, P-70, Fe-1	.200/13/6	<i>Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной</i>	20-11
ЭЦ-645, Б-14, Ж-37, У-31, Вит.С-41, Вит.РР-2, Na-51, К-1074, Са-26, Mg-47, P-116, Fe-2	.049/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	58-96
ЭЦ-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-21, К-61, Са-50, Mg-6, P-38	.1кор.	<i>Молоко витаминизированное</i>	22-80
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-1534, Б-44, Ж-66, У-155, Вит.А-1, Вит.С-61, Вит.РР-5, Na-2063, К-1984, Са-535, Mg-223, P-690, Fe-7			154

ОВЗ 5-11 класс завтрак

ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/10	<i>Каша гречневая с маслом сливочным</i>	23-96
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/15	<i>Бутерброд с сыром</i>	16-53
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>	12-98
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-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/15/11	<i>Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной</i>	25-29
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	<i>Макаронные изделия отварные</i>	15-57
ЭЦ-370, Б-23, Ж-28, У-6, Вит.РР-9, Na-124, К-246, Са-65, Mg-27, P-237, Fe-2	.0.105/5	<i>Суфле из филе птицы</i>	59-76
ЭЦ-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-332, К-102, Са-24, Mg-14, P-77, Fe-1	.100	<i>Пирог Дружная семейка</i>	16-27
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	2-87
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-2089, Б-100, Ж-74, У-253, Вит.А-1, Вит.С-23, Вит.РР-15, Na-5416, К-1405, Са-606, Mg-235, P-955, Fe-12			178

1-4 класс

ЭЦ-645, Б-14, Ж-37, У-31, Вит.С-41, Вит.РР-2, Na-51, К-1074, Са-26, Mg-47, P-116, Fe-2	.049/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	58-96
ЭЦ-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-21, К-61, Са-50, Mg-6, P-38	.1кор.	<i>Молоко витаминизированное</i>	22-80
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-755, Б-18, Ж-38, У-51, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-253, К-1169, Са-83, Mg-58, P-178, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	<i>Макаронные изделия отварные</i>	15-57
ЭЦ-370, Б-23, Ж-28, У-6, Вит.РР-9, Na-124, К-246, Са-65, Mg-27, P-237, Fe-2	.0.105/5	<i>Суфле из филе птицы</i>	59-76
ЭЦ-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-332, К-102, Са-24, Mg-14, P-77, Fe-1	.100	<i>Пирог Дружная семейка</i>	16-27
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	2-87
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-1274, Б-73, Ж-43, У-146, Вит.РР-12, Na-3405, К-512, Са-143, Mg-64, P-425, Fe-6			97

Руководитель

Зав. производством