

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-66
ЭЦ-371, Б-10, Ж-15, У-48, Вит.С-2, Na-517, К-265, Са-222, Mg-26, P-165	.220/10	Каша ячневая с маслом	23-88
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-42
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/20/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	34-56
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-96, Ж-10, У-1, Вит.С-4, Na-197, К-57, Са-11, Mg-6, P-17	.050	Салат из свежих огурцов	18-21
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	16-03
ЭЦ-213, Б-17, Ж-16, Вит.РР-3, Na-335, Са-3, P-1	.051/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	52-07
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-15
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-1737, Б-56, Ж-69, У-222, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-6, Na-3031, К-1102, Са-394, Mg-226, P-605, Fe-8			184

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-28
ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, Na-587, К-302, Са-252, Mg-29, P-188	.250/5	Каша ячневая с маслом	21-87
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-42
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	15-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/20/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	37-35
ЭЦ-96, Ж-10, У-1, Вит.С-4, Na-197, К-57, Са-11, Mg-6, P-17	.050	Салат из свежих огурцов	18-21
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-24
ЭЦ-213, Б-17, Ж-16, Вит.РР-3, Na-335, Са-3, P-1	.051/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	52-07
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-15
ЭЦ-253, Б-2, Ж-16, У-26, Na-29, К-33, Са-16, Mg-3, P-25	.049	Пирожное Черемушка	13-09
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	Хлеб витаминный	4-48
ЭЦ-2185, Б-65, Ж-91, У-277, Вит.А-1, Вит.С-38, Вит.РР-7, Na-3336, К-1268, Са-453, Mg-263, P-692, Fe-9			212

1-4 класс

ЭЦ-96, Ж-10, У-1, Вит.С-4, Na-197, К-57, Са-11, Mg-6, P-17	.050	Салат из свежих огурцов	18-21
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	16-03
ЭЦ-213, Б-17, Ж-16, Вит.РР-3, Na-335, Са-3, P-1	.051/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	52-07
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-15
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-54
ЭЦ-811, Б-30, Ж-34, У-94, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-1351, К-384, Са-44, Mg-156, P-270, Fe-6			100

5-11 класс

ЭЦ-96, Ж-10, У-1, Вит.С-4, Na-197, К-57, Са-11, Mg-6, P-17	.050	Салат из свежих огурцов	18-21
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-24
ЭЦ-213, Б-17, Ж-16, Вит.РР-3, Na-335, Са-3, P-1	.051/50	Бифитекс нат.руб. с соусом	52-07
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-15
ЭЦ-253, Б-2, Ж-16, У-26, Na-29, К-33, Са-16, Mg-3, P-25	.049	Пирожное Черемушка	13-09
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24

Руководитель _____
Зав. производством _____
