

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом	22-84
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	12-84
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/5/2	Бутерброд с маслом сливочным	28-62
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-146, Б-4, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Ca-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/15/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	29-46
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Ca-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/15	Картофельное пюре, огурец консервиров	28-55
	.060/5	Котлета натуральная из филе птицы	67-12
	.200/15	Чай с сахаром	2-90
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.070	Пирог Сказка	12-95
ЭЦ-351, Б-4, Ж-15, У-49, Вит.РР-1, Na-81, К-78, Ca-13, Mg-8, P-42, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	4-48
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1			212
ЭЦ-1646, Б-36, Ж-59, У-246, Вит.А-1, Вит.С-54, Вит.РР-5, Na-3754, К-1804, Ca-409, Mg-126, P-506, Fe-6			

5-11 класс

ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Ca-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/15	Картофельное пюре, огурец консервиров	28-55
	.060/5	Котлета натуральная из филе птицы	67-12
	.200/15	Чай с сахаром	2-90
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.070	Пирог Сказка	12-95
ЭЦ-351, Б-4, Ж-15, У-49, Вит.РР-1, Na-81, К-78, Ca-13, Mg-8, P-42, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	4-48
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1			116
ЭЦ-766, Б-14, Ж-23, У-125, Вит.С-31, Вит.РР-4, Na-1895, К-1082, Ca-96, Mg-62, P-215, Fe-5			

Руководитель

Зав. производством