

ЭЦ-1984, Б-73, Ж-82, У-258, Вит.А-2, Вит.В2-1,
Вит.С-25, Вит.РР-13, На-2681, К-2303, Са-644,
Мг-325, Р-1097, Fe-41

Руководитель

Зав.производством



Меню Школа № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-282, Б-9, Ж-7, У-45, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-586, K-315, Ca-27, Mg-147, P-228, Fe-5	.150/30	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	26-31
ЭЦ-58, Б-1, Ж-4, У-4, Вит.С-1, Na-127, K-44, Ca-20, Mg-4, P-18	.060/50	Фрикадельки из курицы с соусом	48-70
ЭЦ-134, Б-1, У-34, К-1, Са-1	.200	Компот из св. апельсинов	22-41
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-58
ЭЦ-622, Б-15, Ж-12, У-112, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-949, K-414, Са-58, Mg-158, P-283, Fe-6			100

5-11 класс

ЭЦ-284, Б-5, Ж-8, У-48, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-1, Na-697, K-148, Ca-27, Mg-41, P-122, Fe-1	.180/45	Рис припущенный с овощами с нарезкой из св. огурцов	28-60
ЭЦ-403, Б-18, Ж-31, У-14, Вит.РР-7, Na-122, K-183, Ca-18, Mg-17, P-155, Fe-2	.100/5	Котлета из филе цыпленка бр. с маслом	64-48
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5-08
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли Боярушка	15-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-949, Б-30, Ж-39, У-119, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-8, Na-1001, K-390, Са-57, Mg-67, P-309, Fe-4			116

ОВЗ 1-4 класс завтрак

ЭЦ-328, Б-10, Ж-11, У-47, Вит.С-2, Na-469, K-238, Ca-200, Mg-23, P-148	.200/10	Каша пшенная с маслом	23-35
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-66
ЭЦ-86, Б-10, Ж-4, У-19, Вит.В2-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-42, K-1115, Са-268, Mg-192, P-391, Fe-35	.200	Чай пакетированный с молоком	7-92
ЭЦ-174, Б-7, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-492, K-294, Са-25, Mg-17, P-63, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	23-03
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-282, Б-9, Ж-7, У-45, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-586, K-315, Ca-27, Mg-147, P-228, Fe-5	.150/30	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцовстр.	26-31
ЭЦ-58, Б-1, Ж-4, У-4, Вит.С-1, Na-127, K-44, Ca-20, Mg-4, P-18	.060/50	Фрикадельки из курицы с соусом	48-70
ЭЦ-134, Б-1, У-34, К-1, Са-1	.200	Компот из св. апельсинов	22-41
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-58
ЭЦ-1532, Б-53, Ж-50, У-234, Вит.А-1, Вит.В2-1, Вит.С-20, Вит.РР-7, Na-2389, K-2193, Са-590, Mg-406, P-1018, Fe-43			184

ОВЗ 5-11 класс завтрак

ЭЦ-410, Б-13, Ж-14, У-59, Вит.С-3, Na-586, K-298, Ca-249, Mg-29, P-185	.250/10	Каша пшенная с маслом	27-12
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	14-66
ЭЦ-86, Б-10, Ж-4, У-19, Вит.В2-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-42, K-1115, Са-268, Mg-192, P-391, Fe-35	.200	Чай пакетированный с молоком	7-92
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/20/15	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	31-26
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-284, Б-5, Ж-8, У-48, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-1, Na-697, K-148, Ca-27, Mg-41, P-122, Fe-1	.180/45	Рис припущенный с овощами с нарезкой из св. огурцов	28-60
ЭЦ-403, Б-18, Ж-31, У-14, Вит.РР-7, Na-122, K-183, Ca-18, Mg-17, P-155, Fe-2	.100/5	Котлета из филе цыпленка бр. с маслом	64-48
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5-08
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли Боярушка	15-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24