

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/20	Запеканка творожная с мол. сгущенным	82-09
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе растворимый с молоком	15-33
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	2-58
ЭЦ-748, Б-29, Ж-37, У-74, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-341, К-348, Са-324, Mg-53, P-432, Fe-2			100

5-11 класс

ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	31-84
ЭЦ-199, Б-14, Ж-12, У-8, Вит.С-1, Na-7, К-32, Са-11, Mg-3, P-15	.072/5	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	54-42
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-90
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, К-79, Са-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/25	Бутерброд с сыром	24-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-755, Б-30, Ж-27, У-96, Вит.С-32, Вит.РР-3, Na-2056, К-1082, Са-316, Mg-70, P-321, Fe-4			116

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/7	Каша ячневая с маслом	19-98
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	12-84
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом	24-14
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-487, К-389, Са-26, Mg-20, P-57, Fe-1	.200/10/10	Суп картоф.с мак.изд.,мясом, сметан	24-80
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/20	Запеканка творожная с мол. сгущенным	82-09
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе растворимый с молоком	15-33
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	2-58
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-1713, Б-56, Ж-69, У-216, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-18, Вит.РР-4, Na-1788, К-1243, Са-695, Mg-125, P-816, Fe-4			184

2, куку 150 34-11

ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, Na-587, К-302, Са-252, Mg-29, P-188	.250/12	Каша ячневая с маслом	27-66
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	12-84
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом	24-14
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, К-486, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/10/15	Суп картоф.с мак.изд.,мясом, сметан	29-12
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	31-84
ЭЦ-199, Б-14, Ж-12, У-8, Вит.С-1, Na-7, К-32, Са-11, Mg-3, P-15	.072/5	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	54-42
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-90
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, К-79, Са-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/25	Бутерброд с сыром	24-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-1842, Б-60, Ж-65, У-253, Вит.А-1, Вит.С-53, Вит.РР-6, Na-3742, К-2135, Са-743, Mg-153, P-757, Fe-6			212

Руководитель

Зав.производством