

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость б питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, Р-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	20-18
ЭЦ-325, Б-25, Ж-25, Вит.РР-4, Na-515, К-11, Са-14, Mg-1, Р-8	.077/50	Бифштекс натр. рубленый	70-63
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, Р-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-95
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-868, Б-40, Ж-33, У-102, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-7, Na-1400, К-407, Са-78, Mg-199, Р-319, Fe-7			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, Р-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	17-86
ЭЦ-337, Б-26, Ж-25, Вит.РР-4, Na-535, К-11, Са-14, Mg-1, Р-8	.080/50	Бифштекс натр. рубленый	72-80
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, Р-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-06
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, Р-134, Fe-1	.31,25./16	Бутерброд с сыром	16-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-993, Б-45, Ж-38, У-115, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-6, Na-3796, К-225, Са-300, Mg-55, Р-261, Fe-3			116
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-328, Б-10, Ж-11, У-47, Вит.С-2, Na-469, К-238, Са-200, Mg-23, Р-148	.200/10	Каша пшеничная с маслом	23-36
ЭЦ-132, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-52
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Кофейный напиток с молоком	8-30
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.050/шт	Печенье Школьная шпиргалка	21-14
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, Р-38, Fe-1	.200/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	20-68
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, Р-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	20-18
ЭЦ-325, Б-25, Ж-25, Вит.РР-4, Na-515, К-11, Са-14, Mg-1, Р-8	.077/50	Бифштекс натр. рубленый	70-63
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, Р-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-95
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-1726, Б-66, Ж-69, У-213, Вит.А-2, Вит.С-13, Вит.РР-8, Na-2401, К-1058, Са-422, Mg-250, Р-598, Fe-8			184
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-410, Б-13, Ж-14, У-59, Вит.С-3, Na-586, К-298, Са-249, Mg-29, Р-185	.250/10	Каша пшеничная с маслом	27-13
ЭЦ-132, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/16	Бутерброд с маслом сливочным	15-49
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Кофейный напиток с молоком	8-30
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.050/шт	Печенье Школьная шпиргалка	21-14
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, Р-47, Fe-1	.250/10/15	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	23-94
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, Р-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	17-86
ЭЦ-337, Б-26, Ж-25, Вит.РР-4, Na-535, К-11, Са-14, Mg-1, Р-8	.080/50	Бифштекс натр. рубленый	72-80
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, Р-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-06
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, Р-134, Fe-1	.31,25./16	Бутерброд с сыром	16-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-1977, Б-76, Ж-79, У-243, Вит.А-2, Вит.С-17, Вит.РР-7, Na-5035, К-1002, Са-698, Mg-116, Р-586, Fe-4			212

Руководитель

Зав.производством