

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-471, Б-21, Ж-30, У-28, Вит.А-7, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-72, К-199, Са-229, Mg-35, P-315, Fe-1	.135/11	Запеканка творожная с мол. сгущеным №366,	77-53
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке № 689	20-23
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-634, Б-26, Ж-32, У-60, Вит.А-7, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-278, К-306, Са-296, Mg-47, P-384, Fe-1			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные № 516	18-30
ЭЦ-540, Б-12, Ж-36, У-9, Na-1551, К-4, Са-16, Mg-1, P-7	.075/5	Шницель н-р	73-26
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном №686,	5-96
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли	16-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1083, Б-26, Ж-43, У-113, Вит.РР-1, Na-4445, К-148, Са-67, Mg-22, P-105, Fe-2			116
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом № 160	24-05
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 № 630	7-77
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 № 741	26-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-802, К-313, Са-45, Mg-23, P-70, Fe-1	.200/15/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	22-98
ЭЦ-471, Б-21, Ж-30, У-28, Вит.А-7, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-72, К-199, Са-229, Mg-35, P-315, Fe-1	.135/11	Запеканка творожная с мол. сгущеным №366,	77-53
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке № 689	20-23
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1491, Б-47, Ж-61, У-188, Вит.А-8, Вит.С-21, Вит.РР-5, Na-1990, К-1028, Са-559, Mg-133, P-754, Fe-5			184
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/10	Каша рисовая с маслом № 160	27-78
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 № 630	7-77
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 № 741	26-96
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/20/15	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	31-25
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные № 516	18-30
ЭЦ-540, Б-12, Ж-36, У-9, Na-1551, К-4, Са-16, Mg-1, P-7	.075/5	Шницель н-р	73-26
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном №686,	5-96
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли	16-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-2052, Б-49, Ж-78, У-254, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-5, Na-6468, К-997, Са-373, Mg-123, P-533, Fe-7			212

Руководитель

Зав. производством

