

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-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.075/150	Жаркое по-домашнему	78-80
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	18-96
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-1010, Б-27, Ж-18, У-176, Вит.А-13000, Вит.С-82, Вит.РР-7, Na-253, К-3580, Са-234, Mg-153, P-322, Fe-4			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-8, Б-1, У-1, Вит.С-3, Na-62, К-88, Са-14, Mg-9, P-15	.0341	Нарезка из огурцов конс.	14-10
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.075/200	Жаркое по-домашнему	80-70
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	18-96
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-1018, Б-28, Ж-18, У-177, Вит.А-13000, Вит.С-85, Вит.РР-7, Na-315, К-3668, Са-248, Mg-162, P-337, Fe-4			116
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	20-27
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	14-96
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	15-89
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-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	30-64
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.075/150	Жаркое по-домашнему	78-80
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	18-96
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-1829, Б-47, Ж-47, У-296, Вит.А-13001, Вит.С-97, Вит.РР-9, Na-1614, К-4349, Са-513, Mg-214, P-627, Fe-5			184
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша ячневая с маслом сливочным	27-61
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	14-96
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	15-89
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-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	35-30
ЭЦ-8, Б-1, У-1, Вит.С-3, Na-62, К-88, Са-14, Mg-9, P-15	.0341	Нарезка из огурцов конс.	14-10
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.075/200	Жаркое по-домашнему	80-70
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	18-96
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-1941, Б-52, Ж-51, У-311, Вит.А-13001, Вит.С-105, Вит.РР-9, Na-1908, К-4574, Са-564, Mg-232, P-682, Fe-5			212

Руководитель

Зав.производством