

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-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Mg-11, Р-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	16-47
ЭЦ-258, Б-15, Ж-19, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-186, К-65, Са-13, Mg-6, Р-29	.070/8	Зразв -Верх-Исетские- с маслом сливочн	59-55
ЭЦ-134, Б-1, У-34, К-1, Са-1	.200	Компот из св. апельсинов	21-74
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-731, Б-25, Ж-25, У-102, Вит.С-2, Вит.РР-3, На-2808, К-177, Са-57, Mg-22, Р-112, Fe-1			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-31, К-282, Са-55, Mg-74, Р-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	84-91
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	5-27
ЭЦ-501, Б-6, Ж-22, У-71, Вит.РР-1, На-115, К-111, Са-19, Mg-11, Р-60, Fe-1	.100	Пирог Сказка	23-58
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1597, Б-26, Ж-76, У-169, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-3, На-328, К-452, Са-86, Mg-94, Р-270, Fe-4			116
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, Р-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	19-75
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Какао с молоком	14-96
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, Р-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	15-89
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, Р-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	31-16
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Mg-11, Р-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	16-47
ЭЦ-258, Б-15, Ж-19, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-186, К-65, Са-13, Mg-6, Р-29	.070/5	Зразв -Верх-Исетские- с маслом сливочн	59-55
ЭЦ-134, Б-1, У-34, К-1, Са-1	.200	Компот из св. апельсинов	21-74
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1578, Б-47, Ж-60, У-214, Вит.А-1, Вит.С-34, Вит.РР-4, На-4395, К-852, Са-366, Mg-82, Р-396, Fe-2			184
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-154, Mg-18, Р-114	.250/12	Каша ячневая с маслом сливочным	24-63
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Какао с молоком	14-96
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, Р-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	15-89
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, Р-51, Fe-1	.250/15/15	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	38-28
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-31, К-282, Са-55, Mg-74, Р-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	84-91
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром №	5-27
ЭЦ-501, Б-6, Ж-22, У-71, Вит.РР-1, На-115, К-111, Са-19, Mg-11, Р-60, Fe-1	.100	Пирог Сказка	23-58
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-2515, Б-50, Ж-114, У-291, Вит.А-8, Вит.С-39, Вит.РР-4, На-2024, К-1163, Са-426, Mg-158, Р-577, Fe-5			212

Руководитель

Зав.производством