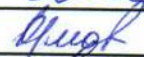


Руководитель

Зав. производством


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-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-34, Р-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	21-38
ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-150, Са-36, Mg-13, Р-26, Fe-1	.050	Капуста тушеная	13-62
ЭЦ-265, Б-17, Ж-20, У-5, Вит.РР-6, Na-88, К-176, Са-46, Mg-20, Р-169, Fe-2	0.075/5	Суфле из филе птицы	48-73
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, Р-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	14-03
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-684, Б-24, Ж-28, У-85, Вит.С-66, Вит.РР-9, Na-1500, К-1251, Са-150, Mg-76, Р-323, Fe-5			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-161, Б-3, Ж-6, У-23, Вит.С-27, Вит.РР-2, Na-1250, К-790, Са-55, Mg-35, Р-102, Fe-1	.155	Картофельное пюре	21-93
ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-150, Са-36, Mg-13, Р-26, Fe-1	.050	Капуста тушеная	13-62
ЭЦ-282, Б-18, Ж-21, У-5, Вит.РР-7, Na-94, К-187, Са-49, Mg-21, Р-180, Fe-2	0.080/5	Суфле из филе птицы	51-68
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-403, Б-6, Ж-18, У-55, Вит.РР-1, Na-34, К-91, Са-40, Mg-10, Р-65, Fe-1	.100	Пирог к чаю	22-75
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1032, Б-31, Ж-47, У-122, Вит.С-60, Вит.РР-11, Na-1570, К-1277, Са-192, Mg-88, Р-405, Fe-6			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, Р-160, Fe-1	.200/9	Каша рисовая с маслом	28-23
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, Р-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
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	10-17
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, Р-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-19
ЭЦ-154, Б-8, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-797, К-383, Са-27, Mg-21, Р-56, Fe-1	.200/20	Суп картоф. с крупой, рыбой	27-37
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-34, Р-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	21-38
ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-150, Са-36, Mg-13, Р-26, Fe-1	.050	Капуста тушеная	13-62
ЭЦ-265, Б-17, Ж-20, У-5, Вит.РР-6, Na-88, К-176, Са-46, Mg-20, Р-169, Fe-2	0.075/5	Суфле из филе птицы	48-73
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, Р-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	14-03
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, Р-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-48
ЭЦ-1562, Б-54, Ж-58, У-208, Вит.А-1, Вит.С-81, Вит.РР-13, Na-3264, К-2119, Са-468, Mg-165, Р-770, Fe-10			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, Р-200, Fe-1	.250/14	Каша рисовая с маслом	37-75
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, Р-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
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	10-17
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, Р-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-19
ЭЦ-193, Б-10, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-996, К-478, Са-34, Mg-26, Р-70, Fe-1	.250/20	Суп картоф. с крупой, рыбой	29-85
ЭЦ-161, Б-3, Ж-6, У-23, Вит.С-27, Вит.РР-2, Na-1250, К-790, Са-55, Mg-35, Р-102, Fe-1	.155	Картофельное пюре	21-93
ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-150, Са-36, Mg-13, Р-26, Fe-1	.050	Капуста тушеная	13-62
ЭЦ-282, Б-18, Ж-21, У-5, Вит.РР-7, Na-94, К-187, Са-49, Mg-21, Р-180, Fe-2	0.080/5	Суфле из филе птицы	51-68
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-403, Б-6, Ж-18, У-55, Вит.РР-1, Na-34, К-91, Са-40, Mg-10, Р-65, Fe-1	.100	Пирог к чаю	22-75
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, Р-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-48