

**Меню Школа № 10**

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b><u>1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2444, К-127, Са-44, Mg-16, P-74, Fe-1	.180/30	Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов	24-60
ЭЦ-255, Б-12, Ж-16, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2390, К-127, Са-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.080/50	Тефтели с соусом	48-52
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Компот из св. мандаринов	24-64
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-712, Б-22, Ж-22, У-108, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-3, Na-5015, К-289, Са-93, Mg-34, P-144, Fe-2			100
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	27-35
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	14-25
ЭЦ-136, Б-13, Ж-8, У-2, Na-961, К-9, Са-11, Mg-1, P-5	.062/5	Рыба припущенная с маслом сливочным	57-88
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	14-28
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-545, Б-21, Ж-15, У-81, Вит.С-90, Вит.РР-2, Na-1981, К-980, Са-133, Mg-58, P-152, Fe-3			116
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	27-10
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, Na-405, К-109, Са-24, Mg-13, P-87, Fe-1	.050	Языки слоеные	17-53
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-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-411, Са-33, Mg-23, P-67, Fe-1	.200/23/10	Рассольник Ленинг. с тушенкой, сметаной	33-35
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2444, К-127, Са-44, Mg-16, P-74, Fe-1	.180/30	Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов	24-60
ЭЦ-255, Б-12, Ж-16, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2390, К-127, Са-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.080/50	Тефтели с соусом	48-52
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Компот из св. мандаринов	24-64
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-1713, Б-44, Ж-58, У-254, Вит.А-2, Вит.С-24, Вит.РР-6, Na-6859, К-1203, Са-294, Mg-193, P-569, Fe-8			184
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-383, Б-11, Ж-14, У-52, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-418, Са-165, Mg-142, P-299, Fe-4	.250/12	Каша гречневая с маслом сливочным	33-42
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, Na-405, К-109, Са-24, Mg-13, P-87, Fe-1	.050	Языки слоеные	17-53
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-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/25/12	Рассольник Ленинг. с тушенкой, сметаной	39-03
ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	27-35
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	14-25
ЭЦ-136, Б-13, Ж-8, У-2, Na-961, К-9, Са-11, Mg-1, P-5	.062/5	Рыба припущенная с маслом сливочным	57-88
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	14-28
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-1653, Б-46, Ж-56, У-241, Вит.А-1, Вит.С-109, Вит.РР-5, Na-4140, К-2079, Са-375, Mg-251, P-653, Fe-10			212

Руководитель

Зав.производством


