

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-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-760, Са-53, Mg-33, Р-99, Fe-1	.150/35	Картофельное пюре с нарезкой из св. огуцов	32-88
ЭЦ-276, Б-15, Ж-21, У-7, Вит.С-1, Na-1759, К-46, Са-35, Mg-8, Р-45, Fe-1	.075/5	Суфле Рыбка	50-66
ЭЦ-102, У-26, К-1	.200	Напиток из ягод	14-53
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, Р-22	.030	Булка формовая	1-93
ЭЦ-622, Б-20, Ж-28, У-73, Вит.С-27, Вит.РР-2, Na-3109, К-839, Са-94, Mg-45, Р-166, Fe-2			100

<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-338, Б-11, Ж-8, У-54, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-703, К-377, Са-33, Mg-177, Р-273, Fe-6	.180/30	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огуцов	32-03
ЭЦ-224, Б-14, Ж-12, У-14, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-2711, К-30, Са-31, Mg-5, Р-21	.085/7	Биточки мясные с маслом	56-60
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром № 685	3-78
ЭЦ-141, Б-6, Ж-5, У-18, Na-258, К-49, Са-142, Mg-11, Р-97	.31,25/20	Бутерброд с сыром	21-35
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-846, Б-34, Ж-25, У-119, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-3854, К-515, Са-218, Mg-202, Р-423, Fe-7			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	.200/5	Каша рисовая с маслом	24-57
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	10-69
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, Р-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	11-34
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, Р-67, Fe-1	.200/15/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	35-16
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-760, Са-53, Mg-33, Р-99, Fe-1	.150/35	Картофельное пюре с нарезкой из св. огуцов	32-88
ЭЦ-276, Б-15, Ж-21, У-7, Вит.С-1, Na-1759, К-46, Са-35, Mg-8, Р-45, Fe-1	.075/5	Суфле Рыбка	50-66
ЭЦ-102, У-26, К-1	.200	Напиток из ягод	14-53
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, Р-22	.030	Булка формовая	1-93
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-1423, Б-38, Ж-59, У-188, Вит.А-1, Вит.С-43, Вит.РР-4, Na-4803, К-1662, Са-393, Mg-130, Р-535, Fe-4			184

<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-348, Б-7, Ж-14, У-49, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-510, К-222, Са-149, Mg-42, Р-184, Fe-1	.230/11	Каша рисовая с маслом	32-71
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	10-69
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, Р-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	11-34
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, Р-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	39-02
ЭЦ-338, Б-11, Ж-8, У-54, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-703, К-377, Са-33, Mg-177, Р-273, Fe-6	.180/30	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огуцов	32-03
ЭЦ-224, Б-14, Ж-12, У-14, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-2711, К-30, Са-31, Mg-5, Р-21	.085/7	Биточки мясные с маслом	56-60
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-141, Б-6, Ж-5, У-18, Na-258, К-49, Са-142, Mg-11, Р-97	.31,25/20	Бутерброд с сыром	21-35
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-1722, Б-54, Ж-61, У-243, Вит.А-1, Вит.С-25, Вит.РР-7, Na-5819, К-1468, Са-545, Mg-298, Р-831, Fe-10			212

Руководитель

Зав. производством