

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-858, Б-16, Ж-49, У-59, Вит.А-6, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-28, К-254, Са-49, Mg-66, P-160, Fe-1	.054/200	Плов по - узбекски	79-58
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, К-51, Са-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	8-18
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-983, Б-19, Ж-49, У-87, Вит.А-6, Вит.С-36, Вит.РР-6, Na-245, К-339, Са-64, Mg-76, P-193, Fe-1			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2752, К-141, Са-49, Mg-18, P-75, Fe-2	.200/25	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	28-83
ЭЦ-342, Б-28, Ж-26, Вит.РР-4, Na-539, Са-5, P-1	.082	Бифитекс нат. руб.	74-93
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-747, Б-38, Ж-33, У-75, Вит.С-30, Вит.РР-9, Na-3472, К-175, Са-61, Mg-23, P-100, Fe-2			116
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-328, Б-10, Ж-11, У-47, Вит.С-2, Na-469, К-238, Са-200, Mg-23, P-148	.200/10	Каша пшеничная с маслом	26-97
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	11-34
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-17
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, К-266, Са-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	33-52
ЭЦ-858, Б-16, Ж-49, У-59, Вит.А-6, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-28, К-254, Са-49, Mg-66, P-160, Fe-1	.054/200	Плов по - узбекски	79-58
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, К-51, Са-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	8-18
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-1842, Б-45, Ж-80, У-210, Вит.А-7, Вит.С-48, Вит.РР-7, Na-1627, К-1062, Са-422, Mg-138, P-522, Fe-2			184
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-410, Б-13, Ж-14, У-59, Вит.С-3, Na-586, К-298, Са-249, Mg-29, P-185	.250/10	Каша пшеничная с маслом	31-43
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	15-89
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-17
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-332, Са-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	36-51
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2752, К-141, Са-49, Mg-18, P-75, Fe-2	.200/25	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	28-83
ЭЦ-342, Б-28, Ж-26, Вит.РР-4, Na-539, Са-5, P-1	.082	Бифитекс нат. руб.	74-93
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2
ЭЦ-1726, Б-69, Ж-69, У-215, Вит.А-1, Вит.С-46, Вит.РР-10, Na-5091, К-1024, Са-474, Mg-95, P-475, Fe-3			212

Руководитель

Зав. производством