

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

1-4 класс

ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-80, К-221, Са-254, Мг-39, Р-350, Fe-1	.150/25	Запеканка творожная с мол. сгущенным	92-13
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, На-17, К-1042, Са-208, Мг-185, Р-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	5-63
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-24
ЭЦ-666, Б-34, Ж-36, У-66, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, На-278, К-1297, Са-469, Мг-229, Р-720, Fe-35			100

5-11 класс

ЭЦ-207, Б-15, Ж-13, У-8, Вит.С-1, На-7, К-33, Са-12, Мг-3, Р-15	.075/5	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	58-21
ЭЦ-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, На-1613, К-1019, Са-71, Мг-45, Р-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	28-61
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-141, Б-6, Ж-5, У-18, На-258, К-49, Са-142, Мг-11, Р-97	.31,25/26	Бутерброд с сыром	23-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-698, Б-28, Ж-25, У-88, Вит.С-36, Вит.РР-2, На-2060, К-1160, Са-237, Мг-68, Р-276, Fe-3			116

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, К-335, Са-132, Мг-114, Р-239, Fe-3	.200/10	каша гречневая с маслом сливочным	27-53
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Мг-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	7-77
ЭЦ-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, На-405, К-109, Са-24, Мг-13, Р-87, Fe-1	.050	Языки слоеные	17-53
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-161, Б-5, Ж-8, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-487, К-388, Са-25, Мг-20, Р-56, Fe-1	.200/20/10	Суп картоф.с мак. изд. тушенкой, сметаной	28-93
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-80, К-221, Са-254, Мг-39, Р-350, Fe-1	.150/25	Запеканка творожная с мол. сгущенным	92-13
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, На-17, К-1042, Са-208, Мг-185, Р-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	5-63
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1736, Б-61, Ж-76, У-217, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-20, Вит.РР-7, На-1815, К-2261, Са-722, Мг-392, Р-1179, Fe-41			184

ОВЗ 5-11 класс завтрак

ЭЦ-383, Б-11, Ж-14, У-52, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-548, К-418, Са-165, Мг-142, Р-299, Fe-4	.250/10/14	каша гречневая с маслом сливочным	35-78
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Мг-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	7-77
ЭЦ-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, На-405, К-109, Са-24, Мг-13, Р-87, Fe-1	.050	Языки слоеные	17-53
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-201, Б-6, Ж-10, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-609, К-485, Са-32, Мг-25, Р-71, Fe-1	.250/20/10	Суп картоф.с мак. изд. тушенкой, сметаной	32-68
ЭЦ-207, Б-15, Ж-13, У-8, Вит.С-1, На-7, К-33, Са-12, Мг-3, Р-15	.075/5	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	58-21
ЭЦ-207, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, На-1613, К-1019, Са-71, Мг-45, Р-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	28-61
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-141, Б-6, Ж-5, У-18, На-258, К-49, Са-142, Мг-11, Р-97	.31,25/26	Бутерброд с сыром	23-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1885, Б-58, Ж-70, У-253, Вит.А-1, Вит.С-56, Вит.РР-5, На-3829, К-2304, Са-530, Мг-264, Р-810, Fe-10			212

Руководитель

Зав.производством