

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-540, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-98, К-272, Са-298, Mg-43, P-379, Fe-1	.150/28	Запеканка творожная с повидлом	89-84
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	7-92
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-29, Ж-36, У-71, Вит.А-18, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-305, К-404, Са-370, Mg-59, P-456, Fe-2			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-707, Б-16, Ж-40, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-3, Na-62, К-1315, Са-32, Mg-58, P-142, Fe-2	.060/200	Жаркое по-домашнему	84-33
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5-65
ЭЦ-451, Б-6, Ж-20, У-64, Вит.РР-1, Na-104, К-100, Са-17, Mg-10, P-54, Fe-1	.090	Пирог Сказка	23-78
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-1301, Б-25, Ж-60, У-135, Вит.С-50, Вит.РР-4, Na-348, К-1474, Са-61, Mg-77, P-228, Fe-4			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, P-160, Fe-1	.200/8	Каша рисовая с маслом	28-15
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-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-174, Б-7, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-492, К-294, Са-25, Mg-17, P-63, Fe-1	.200/25/8	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	25-91
ЭЦ-540, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-98, К-272, Са-298, Mg-43, P-379, Fe-1	.150/28	Запеканка творожная с повидлом	89-84
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	7-92
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-1827, Б-57, Ж-80, У-227, Вит.А-19, Вит.С-13, Вит.РР-5, Na-1877, К-1180, Са-676, Mg-145, P-880, Fe-5			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, P-200, Fe-1	.250/12	Каша рисовая с маслом	37-01
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-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-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25/12	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	29-05
ЭЦ-707, Б-16, Ж-40, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-3, Na-62, К-1315, Са-32, Mg-58, P-142, Fe-2	.060/200	Жаркое по-домашнему	84-33
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5-65
ЭЦ-451, Б-6, Ж-20, У-64, Вит.РР-1, Na-104, К-100, Са-17, Mg-10, P-54, Fe-1	.090	Пирог Сказка	23-78
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-2535, Б-56, Ж-109, У-306, Вит.А-1, Вит.С-65, Вит.РР-8, Na-2153, К-2373, Са-405, Mg-176, P-708, Fe-7			212

Руководитель

Зав. производством