

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-34, Р-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	18-50
ЭЦ-258, Б-14, Ж-19, У-7, Вит.С-1, Na-1642, К-43, Са-33, Mg-8, Р-42	.070	Суфле Рыбка	49-26
ЭЦ-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-21, К-61, Са-50, Mg-6, Р-38	.1кор.	Молоко витаминизированное	30
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-524, Б-21, Ж-26, У-49, Вит.С-28, Вит.РР-2, Na-3053, К-902, Са-143, Mg-53, Р-203, Fe-1			100

5-11 класс

ЭЦ-921, Б-20, Ж-53, У-44, Вит.А-1, Вит.С-59, Вит.РР-3, Na-72, К-1534, Са-37, Mg-68, Р-165, Fe-3	.070/200	Жаркое по-домашнему	73-36
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, Р-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	25-08
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.050/1шт	Печенье Шахматная слободка	13-08
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, Р-47, Fe-1	.2к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	4-48
ЭЦ-1743, Б-34, Ж-54, У-226, Вит.А-13001, Вит.С-99, Вит.РР-6, Na-454, К-4051, Са-252, Mg-178, Р-392, Fe-6			116

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, Р-129, Fe-1	.200/8	Каша манная с маслом	23-99
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Какао с молоком	15-68
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли Ух-ты	13-89
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-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-802, К-313, Са-45, Mg-23, Р-70, Fe-1	.200/25/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	28-20
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-34, Р-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	18-50
ЭЦ-258, Б-14, Ж-19, У-7, Вит.С-1, Na-1642, К-43, Са-33, Mg-8, Р-42	.070	Суфле Рыбка	49-26
ЭЦ-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-21, К-61, Са-50, Mg-6, Р-38	.1кор.	Молоко витаминизированное	30
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-1322, Б-42, Ж-52, У-168, Вит.А-1, Вит.С-47, Вит.РР-5, Na-4524, К-1599, Са-447, Mg-117, Р-516, Fe-3			184

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-254, Са-165, Mg-28, Р-161, Fe-1	.250/12	Каша манная с маслом	32-37
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Какао с молоком	15-68
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли Ух-ты	13-89
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-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Mg-29, Р-88, Fe-2	.250/25/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	31-82
ЭЦ-921, Б-20, Ж-53, У-44, Вит.А-1, Вит.С-59, Вит.РР-3, Na-72, К-1534, Са-37, Mg-68, Р-165, Fe-3	.070/200	Жаркое по-домашнему	73-36
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, Р-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	25-08
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.050/1шт	Печенье Шахматная слободка	13-08
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, Р-47, Fe-1	.2к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	4-48
ЭЦ-2652, Б-58, Ж-86, У-358, Вит.А-13002, Вит.С-123, Вит.РР-9, Na-2236, К-4877, Са-600, Mg-254, Р-755, Fe-9			212

Руководитель

Зав. производством