

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-285, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.С-8, Вит.РР-2, Na-586, К-359, Са-25, Mg-149, P-223, Fe-5	.150/40	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. помидоров	27-02
ЭЦ-256, Б-14, Ж-19, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-245, К-202, Са-42, Mg-19, P-141, Fe-1	.093/50	Фрикадельки из курицы с соусом	59-43
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	11-31
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-761, Б-26, Ж-26, У-105, Вит.С-17, Вит.РР-7, Na-1024, К-722, Са-82, Mg-177, P-393, Fe-7			100
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-342, Б-11, Ж-8, У-55, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-703, К-431, Са-30, Mg-179, P-267, Fe-6	.180/40	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. помидоров	30-73
ЭЦ-575, Б-12, Ж-41, У-4, Вит.С-7, Na-1516, К-123, Са-26, Mg-9, P-26, Fe-1	.065/15	Поджарка	72-79
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 витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1037, Б-26, Ж-49, У-86, Вит.С-44, Вит.РР-6, Na-2400, К-588, Са-63, Mg-193, P-317, 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, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом	31-43
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 № 630	8-48
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-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли Белоснежка	18-64
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/24	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	23-21
ЭЦ-285, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.С-8, Вит.РР-2, Na-586, К-359, Са-25, Mg-149, P-223, Fe-5	.150/40	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. помидоров	27-02
ЭЦ-256, Б-14, Ж-19, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-245, К-202, Са-42, Mg-19, P-141, Fe-1	.093/50	Фрикадельки из курицы с соусом	59-43
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	11-31
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-1486, Б-45, Ж-45, У-224, Вит.А-1, Вит.С-32, Вит.РР-10, Na-2168, К-1451, Са-304, Mg-252, P-702, Fe-10			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	.250/11	Каша рисовая с маслом	37-63
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	8-48
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-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли Белоснежка	18-64
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/24	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	29-01
ЭЦ-342, Б-11, Ж-8, У-55, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-703, К-431, Са-30, Mg-179, P-267, Fe-6	.180/40	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. помидоров	30-73
ЭЦ-575, Б-12, Ж-41, У-4, Вит.С-7, Na-1516, К-123, Са-26, Mg-9, P-26, Fe-1	.065/15	Поджарка	72-79
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 витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1871, Б-48, Ж-72, У-219, Вит.А-1, Вит.С-64, Вит.РР-9, Na-3777, К-1467, Са-323, Mg-282, P-683, Fe-10			212

Руководитель

Зав. производством