

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
1-4 класс			
ЭЦ-6, У-1, Вит.С-2, Na-45, K-64, Ca-10, Mg-6, P-11	.025	Нарезка из огурцов конс.	10-18
ЭЦ-790, Б-18, Ж-46, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-3, Na-62, K-1315, Ca-32, Mg-58, P-142, Fe-2	.060/200	Жаркое по-домашнему	61-30
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-974, Б-21, Ж-46, У-80, Вит.А-13000, Вит.С-92, Вит.РР-5, Na-308, K-2153, Ca-249, Mg-169, P-357, Fe-4			100
5-11 класс			
ЭЦ-10, Б-1, У-1, Вит.С-4, Na-73, K-103, Ca-17, Mg-10, P-17	.040	Нарезка из огурцов конс.	15-99
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	Жаркое по-домашнему	71-49
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-562, Б-23, Ж-18, У-73, Вит.А-13000, Вит.С-86, Вит.РР-7, Na-326, K-1973, Ca-251, Mg-163, P-339, Fe-4			116
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-335, Ca-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/6	Каша гречневая с маслом сливочным	24-84
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, Na-405, K-109, Ca-24, Mg-13, P-87, Fe-1	.050	Языки слоеные	17-53
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, K-285, Ca-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/20/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	35-35
ЭЦ-6, У-1, Вит.С-2, Na-45, K-64, Ca-10, Mg-6, P-11	.025	Нарезка из огурцов конс.	10-18
ЭЦ-790, Б-18, Ж-46, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-3, Na-62, K-1315, Ca-32, Mg-58, P-142, Fe-2	.060/200	Жаркое по-домашнему	61-30
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1956, Б-43, Ж-82, У-223, Вит.А-13001, Вит.С-110, Вит.РР-8, Na-2125, K-2941, Ca-460, Mg-325, P-762, Fe-10			184
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-383, Б-11, Ж-14, У-52, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, K-418, Ca-165, Mg-142, P-299, Fe-4	.250/10	Каша гречневая с маслом сливочным	33-23
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-431, Б-8, Ж-19, У-57, Вит.РР-1, Na-405, K-109, Ca-24, Mg-13, P-87, Fe-1	.050	Языки слоеные	17-53
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, K-356, Ca-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/20/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	38-96
ЭЦ-10, Б-1, У-1, Вит.С-4, Na-73, K-103, Ca-17, Mg-10, P-17	.040	Нарезка из огурцов конс.	15-99
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	Жаркое по-домашнему	71-49
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1647, Б-47, Ж-58, У-229, Вит.А-13001, Вит.С-109, Вит.РР-10, Na-2452, K-2915, Ca-506, Mg-352, P-815, Fe-11			212

Руководитель

Зав. производством