

Меню Школа № 10

зн. 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, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/15	<i>Запеканка творожная с мол. сгущеным</i>	94-82
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-80
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-695, Б-28, Ж-36, У-66, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-287, К-353, Са-326, Mg-55, P-427, Fe-2			106

5-11 класс

ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	<i>Картофельное пюре</i>	28-69
ЭЦ-359, Б-17, Ж-25, У-17, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-349, К-211, Са-22, Mg-20, P-147, Fe-2	.090/50	<i>Котлета из филе цыпленка бр. с соусом</i>	61-20
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-04
ЭЦ-472, Б-6, Ж-21, У-65, Вит.РР-1, Na-54, К-108, Са-21, Mg-11, P-62, Fe-1	.103	<i>Песочная Турбинка</i>	25-69
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-1182, Б-30, Ж-53, У-144, Вит.А-1, Вит.С-37, Вит.РР-9, Na-2198, К-1397, Са-126, Mg-85, P-373, Fe-6			122

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом</i>	29-55
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-19
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт./30гр.	<i>Вафли "Боярушка"</i>	16-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
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	.200/20	<i>Суп картоф. с мак. изд., цыпленком</i>	23-34
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/15	<i>Запеканка творожная с мол. сгущеным</i>	94-82
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-80
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-1517, Б-51, Ж-60, У-193, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-18, Вит.РР-3, Na-1481, К-1179, Са-675, Mg-119, P-763, Fe-3			195

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, Na-587, К-302, Са-252, Mg-29, P-188	.250/12	<i>Каша ячневая с маслом</i>	36-40
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-19
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт./30гр.	<i>Вафли "Боярушка"</i>	16-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
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	.250/25	<i>Суп картоф. с мак. изд., цыпленком</i>	29-49
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	<i>Картофельное пюре</i>	28-69
ЭЦ-359, Б-17, Ж-25, У-17, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-349, К-211, Са-22, Mg-20, P-147, Fe-2	.090/50	<i>Котлета из филе цыпленка бр. с соусом</i>	61-20
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-04
ЭЦ-472, Б-6, Ж-21, У-65, Вит.РР-1, Na-54, К-108, Са-21, Mg-11, P-62, Fe-1	.103	<i>Песочная Турбинка</i>	25-69
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-2121, Б-57, Ж-82, У-286, Вит.А-2, Вит.С-58, Вит.РР-11, Na-3632, К-2385, Са-531, Mg-160, P-764, Fe-7			224

Руководитель

Зав. производством