

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-210, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	15
ЭЦ-248, Б-14, Ж-14, У-18, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-1441, К-92, Са-43, Mg-10, P-40	.075/10	Шницель мясной с маслом	62-34
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-636, Б-22, Ж-19, У-94, Вит.А-13000, Вит.С-43, Вит.РР-5, Na-3676, К-930, Са-280, Mg-124, P-293, Fe-3			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, Na-1667, К-976, Са-76, Mg-53, P-156, Fe-2	.180/22	Картофельное пюре с зеленым горошком	36-74
ЭЦ-265, Б-17, Ж-20, У-5, Вит.РР-6, Na-88, К-176, Са-46, Mg-20, P-169, Fe-2	0.075/5	Суфле из филе птицы	51-53
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.100/шт	Печенье "Школьная шпаргалка"	27-31
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-719, Б-29, Ж-27, У-88, Вит.С-37, Вит.РР-8, Na-1937, К-1211, Са-134, Mg-82, P-357, Fe-5			122
<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	.200/5	Каша рисовая с маслом	29-09
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	10-92
ЭЦ-182, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-190, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1	0.075	Булочка Сладкая	15-05
ЭЦ-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, Na-828, К-436, Са-35, Mg-25, P-88, Fe-1	.200/15/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	29-18
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-76
ЭЦ-210, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	15
ЭЦ-248, Б-14, Ж-14, У-18, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-1441, К-92, Са-43, Mg-10, P-40	.075/5	Шницель мясной с маслом	62-34
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1566, Б-47, Ж-49, У-236, Вит.А-13001, Вит.С-59, Вит.РР-10, Na-5550, К-1835, Са-592, Mg-218, P-726, Fe-7			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-356, Б-7, Ж-14, У-50, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-521, К-227, Са-152, Mg-43, P-188, Fe-1	.235/10	Каша рисовая с маслом	38-09
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	10-92
ЭЦ-182, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-190, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1	0.075	Булочка Сладкая	15-05
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, К-545, Са-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	33-18
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-76
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, Na-1667, К-976, Са-76, Mg-53, P-156, Fe-2	.180/22	Картофельное пюре с зеленым горошком	36-74
ЭЦ-265, Б-17, Ж-20, У-5, Вит.РР-6, Na-88, К-176, Са-46, Mg-20, P-169, Fe-2	0.075/5	Суфле из филе птицы	51-53
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.100/шт	Печенье "Школьная шпаргалка"	27-31
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1740, Б-57, Ж-62, У-241, Вит.А-1, Вит.С-57, Вит.РР-13, Na-4095, К-2259, Са-476, Mg-189, P-840, Fe-9			224

Руководитель
Зав. производством