

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-176, Б-5, Ж-6, У-25, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1389, К-813, Са-63, Mg-44, P-130, Fe-2	.150/23	Картофельное пюре с зеленым горошком	32-69
ЭЦ-258, Б-14, Ж-19, У-7, Вит.С-1, Na-1642, К-43, Са-33, Mg-8, P-42	.070/5	Суфле Рыбка	60-69
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.	2-38
ЭЦ-554, Б-22, Ж-25, У-59, Вит.С-60, Вит.РР-6, Na-3212, К-890, Са-103, Mg-57, P-196, Fe-2			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с зел.горошком	27-10
ЭЦ-302, Б-14, Ж-23, У-10, Вит.РР-5, Na-92, К-137, Са-13, Mg-13, P-116, Fe-1	.075/5	Котлета из филе цыпленка бр. с маслом	60-91
ЭЦ-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-332, К-102, Са-24, Mg-14, P-77, Fe-1	.100	Пирог Дружная семейка	21-37
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.	2-38
ЭЦ-1093, Б-62, Ж-36, У-129, Вит.С-28, Вит.РР-11, Na-3046, К-350, Са-80, Mg-43, P-276, Fe-3			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	.200/10	Каша рисовая с маслом	28-02
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	8-80
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-05
	.шт.	Пирожное Чоко пай	14-28
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-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-65, К-343, Са-32, Mg-22, P-74, Fe-1	.200/10/10	Суп из овощей с цыпленком, сметаной	22-47
ЭЦ-176, Б-5, Ж-6, У-25, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1389, К-813, Са-63, Mg-44, P-130, Fe-2	.150/23	Картофельное пюре с зеленым горошком	32-69
ЭЦ-258, Б-14, Ж-19, У-7, Вит.С-1, Na-1642, К-43, Са-33, Mg-8, P-42	.070/5	Суфле Рыбка	60-69
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.	2-38
ЭЦ-1310, Б-39, Ж-60, У-153, Вит.А-1, Вит.С-81, Вит.РР-9, Na-3929, К-1560, Са-339, Mg-132, P-510, Fe-5			195
<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	33-91
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	8-80
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	15-18
	.шт.	Пирожное Чоко пай	14-28
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-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/10/15	Суп из овощей с цыпленком, сметаной	27-45
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с зел.горошком	27-10
ЭЦ-302, Б-14, Ж-23, У-10, Вит.РР-5, Na-92, К-137, Са-13, Mg-13, P-116, Fe-1	.075/5	Котлета из филе цыпленка бр. с маслом	60-91
ЭЦ-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-332, К-102, Са-24, Mg-14, P-77, Fe-1	.100	Пирог Дружная семейка	21-37
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.	2-38
ЭЦ-1961, Б-81, Ж-77, У-235, Вит.А-1, Вит.С-55, Вит.РР-14, Na-3889, К-1154, Са-356, Mg-133, P-649, Fe-6			224

Руководитель

Зав.производством