

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

1-4 класс

ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	19-99
ЭЦ-398, Б-19, Ж-28, У-18, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-7, Na-387, К-235, Са-25, Mg-22, P-163, Fe-2	.100/50	Биточки из филе цыпленка бр. с соусом	73-39
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-799, Б-29, Ж-35, У-92, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-12, Na-3280, К-354, Са-71, Mg-39, P-253, Fe-3			106

5-11 класс

ЭЦ-825, Б-18, Ж-47, У-44, Вит.А-1, Вит.С-59, Вит.РР-3, Na-72, К-1534, Са-37, Mg-68, P-165, Fe-3	.070/200	Жаркое по-домашнему	88-27
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	шт.100гр.	Печенье "Школьная шпиргалка"	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-1068, Б-24, Ж-47, У-97, Вит.А-1, Вит.С-59, Вит.РР-3, Na-254, К-1593, Са-49, Mg-77, P-197, Fe-4			122

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	30-56
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	8-80
ЭЦ-119, Б-4, У-24	шт/38гр.	Вафли "Боярушка"	16-54
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-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-802, К-313, Са-45, Mg-23, P-70, Fe-1	.200/25/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	28-34
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	19-99
ЭЦ-398, Б-19, Ж-28, У-18, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-7, Na-387, К-235, Са-25, Mg-22, P-163, Fe-2	.100/50	Биточки из филе цыпленка бр. с соусом	73-39
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-1625, Б-54, Ж-58, У-221, Вит.А-2, Вит.С-49, Вит.РР-16, Na-4908, К-1167, Са-328, Mg-197, P-662, Fe-9			195

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-383, Б-11, Ж-14, У-52, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-418, Са-165, Mg-142, P-299, Fe-4	.250/14	Каша гречневая с маслом сливочным	39-52
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-119, Б-4, У-24	шт/38гр.	Вафли "Боярушка"	16-54
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-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/25/15	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	32-38
ЭЦ-825, Б-18, Ж-47, У-44, Вит.А-1, Вит.С-59, Вит.РР-3, Na-72, К-1534, Са-37, Mg-68, P-165, Fe-3	.070/200	Жаркое по-домашнему	88-27
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	шт.100гр.	Печенье "Школьная шпиргалка"	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-2007, Б-52, Ж-76, У-239, Вит.А-2, Вит.С-83, Вит.РР-7, Na-2193, К-2567, Са-350, Mg-269, P-684, Fe-12			224

Руководитель

Зав. производством