

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-7, У-1, Вит.С-3, Na-51, К-72, Са-12, Mg-7, P-12	.028	<i>Нарезка из огурцов конс.</i>	11-69
ЭЦ-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-94, К-530, Са-50, Mg-81, P-296, Fe-2	.060/150	<i>Плов по - узбекски</i>	81-91
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2-16
ЭЦ-675, Б-26, Ж-29, У-77, Вит.А-5, Вит.С-36, Вит.РР-10, Na-326, К-636, Са-69, Mg-93, P-332, Fe-2			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2752, К-141, Са-49, Mg-18, P-75, Fe-2	.200/25	<i>Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным</i>	30-30
ЭЦ-243, Б-17, Ж-17, У-4, Вит.РР-3, Na-1478, К-8, Са-15, Mg-2, P-8	.070	<i>Бифитекс Школьный</i>	63-17
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-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт./22гp	<i>Батончик шоколадный "Хрутка"</i>	22-33
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2-16
ЭЦ-899, Б-29, Ж-37, У-110, Вит.С-2, Вит.РР-4, Na-4412, К-208, Са-76, Mg-29, P-115, Fe-3			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/6	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	19-14
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-243, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-253, К-84, Са-16, Mg-10, P-64, Fe-1	0.100	<i>Булочка Сладена</i>	20-10
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	<i>Хлеб народный 2 кус.</i>	4-32
ЭЦ-174, Б-7, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-492, К-294, Са-25, Mg-17, P-63, Fe-1	.200/25/10	<i>Суп карт. с горохом, цыплекном, сметаной</i>	28-25
ЭЦ-7, У-1, Вит.С-3, Na-51, К-72, Са-12, Mg-7, P-12	.028	<i>Нарезка из огурцов конс.</i>	11-69
ЭЦ-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-94, К-530, Са-50, Mg-81, P-296, Fe-2	.060/150	<i>Плов по - узбекски</i>	81-91
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2-16
ЭЦ-1696, Б-55, Ж-60, У-234, Вит.А-6, Вит.С-47, Вит.РР-14, Na-1920, К-1373, Са-368, Mg-158, P-687, Fe-5			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/12	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	28-27
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-243, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-253, К-84, Са-16, Mg-10, P-64, Fe-1	0.100	<i>Булочка Сладена</i>	20-10
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	<i>Хлеб народный 2 кус.</i>	4-32
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25/15	<i>Суп карт. с горохом, цыплекном, сметаной</i>	32-12
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2752, К-141, Са-49, Mg-18, P-75, Fe-2	.200/25	<i>Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным</i>	30-30
ЭЦ-243, Б-17, Ж-17, У-4, Вит.РР-3, Na-1478, К-8, Са-15, Mg-2, P-8	.070	<i>Бифитекс Школьный</i>	63-17
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-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт./22гp	<i>Батончик шоколадный "Хрутка"</i>	22-33
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2-16
ЭЦ-2034, Б-62, Ж-73, У-282, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-8, Na-6238, К-1055, Са-412, Mg-102, P-509, Fe-6			224

Руководитель

Зав. производством