

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость
			питания
1-4 класс			
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-120У, К-760, Са-53, Ж-23, У-5, Вит.РР-1, Na-100, К-199, Са-52, Mg-22, P-192, Fe-2 ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-1, Fe-1 ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 ЭЦ-651, Б-25, Ж-29, У-73, Вит.С-28, Вит.РР-9,	.150/36	Картофельное пюре с нарезкой из св.	36-49
	0.085/5	Суфле из филе птицы	50-38
	.200	Компот из груш	16-75
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
			106
5-11 класс			
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1 ЭЦ-264, Б-17, Ж-14, У-17, Вит.С-119, Вит.РР-2, Na-3189, К-36, Са-37, Mg-6, P-25, Fe-1 ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25 ЭЦ-923, Б-27, Ж-36, У-121, Вит.А-1, Вит.С-31,	.200/20	Рис припущенный с овощами с	27-34
	.100/5	Биточки мясные с маслом	66-83
	.200	Напиток Витошка	10-24
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
	.1шт./19гр	Шоколад "Левушка"	15-21
		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 ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-194, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1 ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 ЭЦ-122, Б-4, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-490, К-396, Са-20, Mg-21, P-65, Fe-1 ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-120У, К-760, Са-53, Ж-23, У-5, Вит.РР-1, Na-100, К-199, Са-52, Mg-22, P-192, Fe-2 ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-1, Fe-1 ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 ЭЦ-1401, Б-46, Ж-49, У-195, Вит.А-1, Вит.С-42,	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	30-59
	.200/15	Чай с сахаром	4-04
	.075	Ватрушка с творогом	21-30
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
	.200/25/10	Суп картоф.с макаронными изд.,цыпл.	30-69
	.150/36	Картофельное пюре с нарезкой из св.	36-49
	0.085/5	Суфле из филе птицы	50-38
	.200	Компот из груш	16-75
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
			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 ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-194, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1 ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 ЭЦ-152, Б-5, Ж-5, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-613, К-495, Са-25, Mg-26, P-81, Fe-1 ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1 ЭЦ-264, Б-17, Ж-14, У-17, Вит.С-119, Вит.РР-2, Na-3189, К-36, Са-37, Mg-6, P-25, Fe-1 ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25 ЭЦ-1780, Б-51, Ж-60, У-257, Вит.А-2, Вит.С-50,	.250/15	Каша гречневая с маслом сливочным	40-90
	.200/15	Чай с сахаром	4-04
	.075	Ватрушка с творогом	21-30
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
	.250/25/10	Суп картоф.с макаронными изд.,цыпл.	33-38
	.200/20	Рис припущенный с овощами с	27-34
	.100/5	Биточки мясные с маслом	66-83
	.200	Напиток Витошка	10-24
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
	.1шт./19гр	Шоколад "Левушка"	15-21
		224	

Руководитель

Зав.производством

