

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход		Наименование блюда	Стоимость в питании
<u>1-4 класс</u>				
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/20		<i>Рис припущенный с овощами</i>	26-67
ЭЦ-264, Б-17, Ж-14, У-17, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-3189, К-36, Са-37, Mg-6, P-25, Fe-1	.100/5		<i>Биточки мясные с маслом</i>	66-71
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 витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-663, Б-25, Ж-22, У-91, Вит.А-1, Вит.С-31,				106
<u>5-11 класс</u>				
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200/25		<i>Макаронные изделия отварные с лечо</i>	25-05
ЭЦ-342, Б-15, Ж-26, У-12, Вит.РР-6, Na-104, К-155, Са-15, Mg-15, P-131, Fe-1	.085/5		<i>Котлета из филе цыпленка бр. с</i>	65-18
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-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г		<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-119, Б-4, У-24	шт		<i>Вафли "Десертные"</i>	25-35
ЭЦ-885, Б-29, Ж-33, У-116, Вит.РР-7, Na-2998,				122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>				
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10		<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	24-91
ЭЦ-127, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200		<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-92
ЭЦ-187, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./20		<i>Бутерброд с сыром</i>	21-74
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	.200/20/10		<i>Суп карт. с горохом, цыпленком,</i>	31-43
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/20		<i>Рис припущенный с овощами</i>	26-67
ЭЦ-264, Б-17, Ж-14, У-17, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-3189, К-36, Са-37, Mg-6, P-25, Fe-1	.100/5		<i>Биточки мясные с маслом</i>	66-71
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 витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-1454, Б-53, Ж-54, У-192, Вит.А-2, Вит.С-42,				195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>				
ЭЦ-378, Б-10, Ж-15, У-51, Вит.С-1, Na-503, К-168, Са-142, Mg-16, P-105	.230/10		<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	29-18
ЭЦ-127, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200		<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-92
ЭЦ-187, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./20		<i>Бутерброд с сыром</i>	21-74
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г		<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-277, 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	.250/25/10		<i>Суп карт. с горохом, цыпленком,</i>	37-78
ЭЦ-201, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-36, Mg-12, P-66, Fe-1	.200/25		<i>Макаронные изделия отварные с лечо</i>	25-05
ЭЦ-342, Б-15, Ж-26, У-12, Вит.РР-6, Na-104, К-155, Са-15, Mg-15, P-131, Fe-1	.085/5		<i>Котлета из филе цыпленка бр. с</i>	65-18
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-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г		<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-119, Б-4, У-24	шт		<i>Вафли "Десертные"</i>	25-35
ЭЦ-1854, Б-63, Ж-69, У-247, Вит.А-1, Вит.С-14,				224

Руководитель

Зав.производством

