

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-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш		65-07
ЭЦ-352, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-11, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с		26-52
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника		12-03
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-916, Б-20, Ж-40, У-86, Вит.С-4, Вит.РР-1,				106
<u>5-11 класс</u>				
ЭЦ-235, Б-6, Ж-8, У-34, Вит.С-41, Вит.РР-3, Na-1853, К-1084, Са-84, Mg-59, P-173, Fe-2	.200/20	Картофельное пюре с зеленым		40-06
ЭЦ-330, Б-18, Ж-19, У-23, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-1921, К-122, Са-57, Mg-13, P-53, Fe-1	.100/5	Шницель мясной с маслом сливочн		53-15
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника		12-03
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный завтрак"		12
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-913, Б-33, Ж-28, У-132, Вит.А-1, Вит.С-45,				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	.200/5	Каша рисовая с маслом		22-68
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-66, 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
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	1шт	Яйцо отварное		12-80
ЭЦ-224, Б-6, Ж-12, У-18, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-620, К-594, Са-77, Mg-53, P-102, Fe-2	.200/10/10	Рассольник Домашний с мясом,		31-67
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш		65-07
ЭЦ-352, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-11, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с		26-52
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника		12-03
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-1734, Б-39, Ж-83, У-170, Вит.А-7, Вит.С-33,				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	.250/9	Каша рисовая с маслом		31-29
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-66, 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
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	1шт	Яйцо отварное		12-80
ЭЦ-280, Б-6, Ж-15, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-775, К-742, Са-96, Mg-66, P-127, Fe-2	.250/10/10	Рассольник Домашний с мясом,		36-06
ЭЦ-235, Б-6, Ж-8, У-34, Вит.С-41, Вит.РР-3, Na-1853, К-1084, Са-84, Mg-59, P-173, Fe-2	.200/20	Картофельное пюре с зеленым		40-06
ЭЦ-330, Б-18, Ж-19, У-23, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-1921, К-122, Са-57, Mg-13, P-53, Fe-1	.100/5	Шницель мясной с маслом сливочн		53-15
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника		12-03
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный завтрак"		12
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-1863, Б-54, Ж-77, У-230, Вит.А-10, Вит.С-				224

Руководитель

Зав.производством

