

Меню ШКОЛА № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре с огурцом консервированным	37-13
ЭЦ-300, Б-19, Ж-23, У-5, Вит.РР-7, Na-100, К-199, Са-52, Mg-22, P-192, Fe-2	.085/5	Суфле из филе птицы	57-69
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-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-658, Б-28, Ж-32, У-66, Вит.С-32, Вит.РР-9, Na-1758, К-1243, Са-187, Mg-78, P-387, Fe-5			106

5-11 класс

ЭЦ-257, Б-4, Ж-10, У-36, Вит.А-2, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-695, К-103, Са-25, Mg-34, P-90, Fe-1	.180/20	Рис с овощами (кукуруза) с огурцом консервированным	43-36
ЭЦ-282, Б-13, Ж-22, У-10, Вит.РР-5, Na-85, К-128, Са-13, Mg-12, P-108, Fe-1	.070/5	Биточки из филе цыпленка бр. с маслом	58-07
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-278, Б-5, Ж-8, У-47, Na-27, К-88, Са-37, Mg-10, P-64, Fe-1	.080	Манник	14-15
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-960, Б-25, Ж-40, У-126, Вит.А-2, Вит.С-1, Вит.РР-6, Na-989, К-378, Са-87, Mg-65, P-294, Fe-4			122

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом	23-50
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-119, Б-4, У-24	шт/55гр.	Вафли "Обыкновенное чудо"	25-11
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-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	.200/15/15	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	27-09
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре с огурцом консервированным	37-13
ЭЦ-300, Б-19, Ж-23, У-5, Вит.РР-7, Na-100, К-199, Са-52, Mg-22, P-192, Fe-2	.085/5	Суфле из филе птицы	57-69
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-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-1456, Б-52, Ж-58, У-183, Вит.А-1, Вит.С-51, Вит.РР-11, Na-3228, К-1882, Са-482, Mg-134, P-662, Fe-6			195

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша пшеничная с маслом	32-04
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-119, Б-4, У-24	шт/55гр.	Вафли "Обыкновенное чудо"	25-11
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-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	.250/15/20	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	31-55
ЭЦ-257, Б-4, Ж-10, У-36, Вит.А-2, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-695, К-103, Са-25, Mg-34, P-90, Fe-1	.180/20	Рис с овощами (кукуруза) с огурцом консервированным	43-36
ЭЦ-282, Б-13, Ж-22, У-10, Вит.РР-5, Na-85, К-128, Са-13, Mg-12, P-108, Fe-1	.070/5	Биточки из филе цыпленка бр. с маслом	58-07
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром № 685	4-04
ЭЦ-278, Б-5, Ж-8, У-47, Na-27, К-88, Са-37, Mg-10, P-64, Fe-1	.080	Манник	14-15
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-1876, Б-52, Ж-72, У-257, Вит.А-3, Вит.С-25, Вит.РР-8, Na-2769, К-1131, Са-424, Mg-131, P-610, Fe-6			224

Руководитель

Зав. производством

