

04 Сентября 2023 г.

**Меню Школа № 10**

эп. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, К-51, Са-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	8-16
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	85-44
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-1078, Б-20, Ж-54, У-93, Вит.А-7, Вит.С-36, Вит.РР-6, Na-248, К-367, Са-70, Mg-84, P-211, Fe-2			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-266, Б-7, Ж-6, У-45, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2506, К-97, Са-40, Mg-15, P-72, Fe-1	.180/30	Макаронные изделия отварные с зел.горошком консерв.	32-81
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, К-121, Са-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/5	Зразы рубленые с маслом сливочным	57-68
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
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 народный	4-32
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	Вафли "Белоснежка"	16-95
ЭЦ-927, Б-35, Ж-29, У-130, Вит.С-35, Вит.РР-8, Na-4056, К-285, Са-104, Mg-36, P-182, Fe-3			122
<u>ОВЗ завтрак 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	Каши пшеничная с маслом сливочным	24-91
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	12-68
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-28
ЭЦ-616, Б-15, Ж-24, У-87, Вит.С-2, Na-633, К-327, Са-250, Mg-32, P-205			
<u>ОВЗ обед 1-4 класс</u>			
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	34-13
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, К-51, Са-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	8-16
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	85-44
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-1255, Б-28, Ж-63, У-111, Вит.А-8, Вит.С-45, Вит.РР-7, Na-729, К-632, Са-92, Mg-98, P-249, Fe-3			195
<u>завтрак 5-11 класс</u>			
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каши пшеничная с маслом сливочным	28-47
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	18-26
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-28
ЭЦ-698, Б-17, Ж-27, У-98, Вит.С-3, Na-742, К-363, Са-281, Mg-36, P-228			
<u>ОВЗ обед 5-11 класс</u>			
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/20/15	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	37-99
ЭЦ-266, Б-7, Ж-6, У-45, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2506, К-97, Са-40, Mg-15, P-72, Fe-1	.180/30	Макаронные изделия отварные с зел.горошком консерв.	32-81
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, К-121, Са-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/5	Зразы рубленые с маслом сливочным	57-68
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
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 народный	4-32
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	Вафли "Белоснежка"	16-95
ЭЦ-1148, Б-45, Ж-40, У-153, Вит.А-1, Вит.С-47, Вит.РР-9, Na-4658, К-616, Са-131, Mg-54, P-229, Fe-4			224

Руководитель

Зав.производством