

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-658, Б-15, Ж-38, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.060/200	Жаркое по-домашнему	74-92
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-94
ЭЦ-119, Б-4, У-24	Ишт/28гр.	Вафли "Белоснежка"	16-95
ЭЦ-235, Б-7, Ж-2, У-47, Вит.РР-1, Na-377, К-86, Са-15, Mg-11, P-59, Fe-1	.080	Булка формовая	5-19
ЭЦ-1069, Б-26, Ж-40, У-117, Вит.С-42, Вит.РР-3, Na-430, К-1207, Са-47, Mg-63, P-185, Fe-4			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/35	Каша гречневая рассыпчатая с лецо	31-15
ЭЦ-302, Б-14, Ж-23, У-10, Вит.РР-5, Na-92, К-137, Са-13, Mg-13, P-116, Fe-1	.075	Биточки из филе цыпленка бр.	62-70
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	9-23
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-119, Б-4, У-24	Ишт/38гр.	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-964, Б-31, Ж-41, У-117, Вит.РР-6, Na-1643, К-502, Са-56, Mg-182, P-389, Fe-7			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	24-08
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-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-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, Na-828, К-436, Са-35, Mg-25, P-88, Fe-1	.200/20/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	32-21
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-658, Б-15, Ж-38, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.060/200	Жаркое по-домашнему	74-92
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-94
ЭЦ-119, Б-4, У-24	Ишт/28гр.	Вафли "Белоснежка"	16-95
ЭЦ-235, Б-7, Ж-2, У-47, Вит.РР-1, Na-377, К-86, Са-15, Mg-11, P-59, Fe-1	.080	Булка формовая	5-19
ЭЦ-1896, Б-44, Ж-77, У-221, Вит.А-1, Вит.С-58, Вит.РР-6, Na-1928, К-2029, Са-343, Mg-129, P-519, Fe-6			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-254, Са-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/10	Каша манная с маслом	27-43
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-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	18-38
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, К-545, Са-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/20/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	36-53
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-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/35	Каша гречневая рассыпчатая с лецо	31-15
ЭЦ-302, Б-14, Ж-23, У-10, Вит.РР-5, Na-92, К-137, Са-13, Mg-13, P-116, Fe-1	.075	Биточки из филе цыпленка бр.	62-70
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	9-23
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-119, Б-4, У-24	Ишт/38гр.	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-1904, Б-53, Ж-84, У-235, Вит.А-1, Вит.С-20, Вит.РР-9, Na-3458, К-1484, Са-393, Mg-261, P-777, Fe-9			224
<u>50 родительская плата</u>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/6	Каша манная с маслом	19-67
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-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-589, Б-11, Ж-29, У-72, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-489, К-352, Са-254, Mg-36, P-222, Fe-1			50
<u>50 руб. родительская плата</u>			
ЭЦ-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, Na-828, К-436, Са-35, Mg-25, P-88, Fe-1	.200/20/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	32-15
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/12	Бутерброд с маслом сливочным	14-61
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-24
ЭЦ-438, Б-11, Ж-15, У-61, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-3, Na-1210, К-524, Са-52, Mg-36, P-149, Fe-2			50

Руководитель

Зав.производством