

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит. PP-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	27-62
ЭЦ-208, Б-11, Ж-14, У-10, Вит. С-3, Вит. PP-1, Na-737, К-75, Са-31, Mg-7, P-39	.062/50	Зразы рубленые с соусом	49-94
ЭЦ-92, У-23, Вит. А-13000, Вит. С-40, Вит. PP-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-719, Б-22, Ж-29, У-92, Вит. А-13000, Вит. С-43, Вит. PP-4, Na-2079, К-1104, Са-264, Mg-246, P-444, Fe-7			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит. PP-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/30	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	35-63
ЭЦ-477, Б-11, Ж-33, У-4, Вит. С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.057/57	Гуляш	73-97
ЭЦ-34, У-9, Вит. С-28, Вит. PP-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-997, Б-24, Ж-51, У-81, Вит. С-32, Вит. PP-5, Na-1553, К-412, Са-43, Mg-170, P-278, Fe-5			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит. С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-31
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	13-34
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	18-01
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит. А-1, Вит. С-24, Вит. PP-2, Na-585, К-277, Са-43, Mg-20, P-65, Fe-1	.200/25/10	Ши из св капусты с цыпленком, сметаной	34-34
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит. PP-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	27-62
ЭЦ-208, Б-11, Ж-14, У-10, Вит. С-3, Вит. PP-1, Na-737, К-75, Са-31, Mg-7, P-39	.062/50	Зразы рубленые с соусом	49-94
ЭЦ-92, У-23, Вит. А-13000, Вит. С-40, Вит. PP-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-1391, Б-40, Ж-58, У-177, Вит. А-13001, Вит. С-69, Вит. PP-6, Na-3297, К-1706, Са-557, Mg-298, P-714, Fe-8			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит. С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша ячневая с маслом сливочным	26-48
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	13-34
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/20	Бутерброд с маслом сливочным	23-35
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит. А-1, Вит. С-30, Вит. PP-2, Na-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/25/10	Ши из св капусты с цыпленком, сметаной	38-83
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит. PP-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/30	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	35-63
ЭЦ-477, Б-11, Ж-33, У-4, Вит. С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.057/57	Гуляш	73-97
ЭЦ-34, У-9, Вит. С-28, Вит. PP-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-1773, Б-45, Ж-86, У-178, Вит. А-1, Вит. С-65, Вит. PP-7, Na-3027, К-1119, Са-377, Mg-231, P-588, Fe-6			224
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит. С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-31
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/23	Бутерброд с сыром	22-65
ЭЦ-476, Б-12, Ж-14, У-73, Вит. С-1, Na-686, К-218, Са-258, Mg-28, P-189, Fe-1			50
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит. А-1, Вит. С-30, Вит. PP-2, Na-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/20/10	Ши из св капусты с цыпленком, сметаной	30-49
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/15	Бутерброд с сыром	15-47
ЭЦ-356, Б-10, Ж-16, У-42, Вит. А-1, Вит. С-30, Вит. PP-2, Na-981, К-419, Са-188, Mg-39, P-180, Fe-2			50

Руководитель

Зав. производством