

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-81, Б-1, Ж-6, У-6, Вит.С-5, Na-914, К-195, Са-34, Mg-15, P-29, Fe-1	.070	Салат из свеклы с р/маслом	8-55
ЭЦ-264, Б-13, Ж-16, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2480, К-132, Са-43, Mg-14, P-47, Fe-1	.083/30	Тефтели с соусом	59-96
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-99
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт./100	Печенье "Слабодка шахматная"	13-08
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-847, Б-27, Ж-28, У-120, Вит.А-1, Вит.С-11, Вит.РР-3, Na-6017, К-465, Са-125, Mg-49, P-169, Fe-4			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-8, У-1, Вит.С-6, Na-4, К-79, Са-13, Mg-8, P-24	.056	Нарезка овощная (огурец)	10-05
ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/30	Тефтели с соусом	65-30
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-99
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	26-28
ЭЦ-732, Б-24, Ж-24, У-105, Вит.А-13001, Вит.С-52, Вит.РР-5, Na-5335, К-1075, Са-302, Mg-139, P-340, Fe-4			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-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-194, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1	.075	Ватрушка с творогом	21-69
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
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-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/15/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	32-05
ЭЦ-81, Б-1, Ж-6, У-6, Вит.С-5, Na-914, К-195, Са-34, Mg-15, P-29, Fe-1	.070	Салат из свеклы с р/маслом	8-55
ЭЦ-264, Б-13, Ж-16, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2480, К-132, Са-43, Mg-14, P-47, Fe-1	.083/30	Тефтели с соусом	59-96
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-99
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт./100	Печенье "Слабодка шахматная"	13-08
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-1601, Б-46, Ж-53, У-237, Вит.А-2, Вит.С-30, Вит.РР-6, Na-7648, К-1148, Са-384, Mg-115, P-470, Fe-8			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	.250/15	Каша манная с маслом	32-77
ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-194, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1	.075	Ватрушка с творогом	21-69
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
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-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/15/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	36-36
ЭЦ-8, У-1, Вит.С-6, Na-4, К-79, Са-13, Mg-8, P-24	.056	Нарезка овощная (огурец)	10-05
ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/30	Тефтели с соусом	65-30
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-99
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый Икор	26-28
ЭЦ-1587, Б-45, Ж-53, У-235, Вит.А-13002, Вит.С-76, Вит.РР-8, Na-7275, К-1880, Са-605, Mg-216, P-684, Fe-8			224

Руководитель
Зав.производством