

Меню Школа № 10

эн. пен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180/40	Картофельное пюре с лечо	31-89
ЭЦ-399, Б-22, Ж-22, У-28, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-4457, К-115, Са-57, Mg-14, P-45, Fe-1	.086	Котлета мясная	58-60
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	13-13
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-805, Б-29, Ж-29, У-106, Вит.А-1, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-6101, К-1193, Са-136, Mg-63, P-193, Fe-4			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	20-78
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/40	Макаронные изделия отварные с лечо	26-23
ЭЦ-474, Б-10, Ж-33, У-4, Na-1373, К-8, Са-14, Mg-2, P-8	.065	Бифитекс Школьный	70-23
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 витаминный	4-76
ЭЦ-1116, Б-31, Ж-51, У-105, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-4, Na-4791, К-520, Са-96, Mg-44, P-193, Fe-3			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-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-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/25	Бутерброд с сыром	24-45
ЭЦ-174, Б-7, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-492, К-294, Са-25, Mg-17, P-63, Fe-1	.200/25/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	29-29
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180/40	Картофельное пюре с лечо	31-89
ЭЦ-399, Б-22, Ж-22, У-28, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-4457, К-115, Са-57, Mg-14, P-45, Fe-1	.086	Котлета мясная	58-60
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	13-13
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1588, Б-53, Ж-56, У-218, Вит.А-2, Вит.С-53, Вит.РР-8, Na-7486, К-1870, Са-495, Mg-128, P-552, Fe-7			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-26, P-161, Fe-1	.250/12	Каша манная с маслом	29-56
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-141, Б-6, Ж-5, У-18, Na-258, К-49, Са-142, Mg-11, P-97	.31,25/25/10	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	34-98
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-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-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	20-78
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/40	Макаронные изделия отварные с лечо	26-23
ЭЦ-474, Б-10, Ж-33, У-4, Na-1373, К-8, Са-14, Mg-2, P-8	.065	Бифитекс Школьный	70-23
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 витаминный	4-76
ЭЦ-1897, Б-51, Ж-73, У-232, Вит.А-13001, Вит.С-55, Вит.РР-7, Na-5824, К-1695, Са-675, Mg-199, P-708, Fe-7			224
<u>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	.200/10	Каша манная с маслом	24-08
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	.031,25/22	Бутерброд с сыром	21-88
ЭЦ-494, Б-12, Ж-16, У-74, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-687, К-276, Са-267, Mg-36, P-227, Fe-2			50
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-174, Б-7, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-492, К-294, Са-25, Mg-17, P-63, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	26
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	.031,25/20	Бутерброд с сыром	19-96
ЭЦ-367, Б-12, Ж-13, У-51, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-741, К-367, Са-160, Mg-31, P-161, Fe-2			50

Руководитель

Зав.производством

