

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-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, На-463, К-243, Са-127, Mg-22, P-284, Fe-3	.177/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	58-52
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/21	Бутерброд с сыром	21-23
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, На-471, К-108, Са-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Булка формовая	6-49
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/7	Чай с сахаром	2-81
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	Вафли "Белоснежка"	16-95
ЭЦ-916, Б-37, Ж-31, У-120, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-1299, К-436, Са-359, Mg-56, P-500, Fe-6			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-311, Са-51, Mg-21, P-52, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	28
ЭЦ-253, Б-4, Ж-6, У-45, Вит.РР-1, На-1401, К-64, Са-19, Mg-32, P-97, Fe-1	180/35	Рис припущенный с икрой кабачковой	22-06
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, На-3099, К-19, Са-33, Mg-3, P-13	.100	Шницель мясной	63-14
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-76
ЭЦ-1057, Б-24, Ж-46, У-112, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-3, На-5582, К-486, Са-123, Mg-70, P-217, Fe-4			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/11	Каша ячневая с маслом сливочным	24-39
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-93
ЭЦ-243, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, На-253, К-84, Са-16, Mg-10, P-64, Fe-1	0.100	Булочка Сластина	20-07
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, На-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	26-61
ЭЦ-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, На-463, К-243, Са-127, Mg-22, P-284, Fe-3	.177/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	58-52
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/21	Бутерброд с сыром	21-23
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, На-471, К-108, Са-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Булка формовая	6-49
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/7	Чай с сахаром	2-81
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	Вафли "Белоснежка"	16-95
ЭЦ-1718, Б-58, Ж-61, У-231, Вит.А-1, Вит.В2-1, Вит.С-27, Вит.РР-3, На-2614, К-1060, Са-658, Mg-111, P-786, Fe-8			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/12	Каша ячневая с маслом сливочным	28-61
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/12	Бутерброд с маслом сливочным	16-94
ЭЦ-243, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, На-253, К-84, Са-16, Mg-10, P-64, Fe-1	0.100	Булочка Сластина	20-07
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-93
ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25	1шт./20гр	Шоколад "Коммунарка"	18-45
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-311, Са-51, Mg-21, P-52, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	28
ЭЦ-253, Б-4, Ж-6, У-45, Вит.РР-1, На-1401, К-64, Са-19, Mg-32, P-97, Fe-1	180/35	Рис припущенный с икрой кабачковой	22-06
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, На-3099, К-19, Са-33, Mg-3, P-13	.100	Шницель мясной	63-14
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-76
ЭЦ-2170, Б-45, Ж-95, У-257, Вит.А-1, Вит.С-34, Вит.РР-4, На-6432, К-900, Са-415, Mg-112, P-488, Fe-5			224
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/6	Каша ячневая с маслом сливочным	19-02
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-93
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-05
ЭЦ-602, Б-13, Ж-24, У-85, Вит.С-2, На-687, К-331, Са-252, Mg-34, P-209			50

Руководитель

Зав. производством