

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
1-4 класс			
ЭЦ-285, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.С-8, Вит.РР-2, Na-586, К-359, Са-25, Mg-149, P-223, Fe-5	.150/50	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. помидоров	31-21
ЭЦ-264, Б-14, Ж-17, У-15, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2181, К-116, Са-37, Mg-12, P-42, Fe-1	.073/50	Тефтели с соусом	61-21
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	Кисель Валитек	11-20
ЭЦ-710, Б-26, Ж-24, У-98, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-75, Вит.РР-13, Na-2948, К-509, Са-69, Mg-166, P-289, Fe-6			106
5-11 класс			
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	.250/25/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	36-54
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/30	Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой	22-05
ЭЦ-282, Б-18, Ж-21, У-5, Вит.РР-7, Na-94, К-187, Са-49, Mg-21, P-180, Fe-2	0.080	Суфле из филе птицы	54-61
ЭЦ-57, У-15, Na-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, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	4-76
ЭЦ-953, Б-36, Ж-39, У-116, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-11, Na-3933, К-901, Са-148, Mg-78, P-404, Fe-6			122
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/7	Каша рисовая с маслом	24-75
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-501, Б-6, Ж-22, У-71, Вит.РР-1, Na-115, К-111, Са-19, Mg-11, P-60, Fe-1	.100	Пирог Сказка	24-53
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	30-92
ЭЦ-285, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.С-8, Вит.РР-2, Na-586, К-359, Са-25, Mg-149, P-223, Fe-5	.150/50	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. помидоров	31-21
ЭЦ-264, Б-14, Ж-17, У-15, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2181, К-116, Са-37, Mg-12, P-42, Fe-1	.073/50	Тефтели с соусом	61-21
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	Кисель Валитек	11-20
ЭЦ-1752, Б-44, Ж-68, У-243, Вит.А-2, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-91, Вит.РР-17, Na-4361, К-1347, Са-318, Mg-250, P-650, Fe-10			195
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/15	Каша рисовая с маслом	37-94
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-541, Б-7, Ж-24, У-76, Вит.РР-1, Na-124, К-120, Са-21, Mg-12, P-65, Fe-1	.108	Пирог Сказка	26-60
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 Икор	26-28
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	.250/25/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	36-54
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/30	Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой	22-05
ЭЦ-282, Б-18, Ж-21, У-5, Вит.РР-7, Na-94, К-187, Са-49, Mg-21, P-180, Fe-2	0.080	Суфле из филе птицы	54-61
ЭЦ-57, У-15, Na-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, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	4-76
ЭЦ-2137, Б-55, Ж-80, У-303, Вит.А-13001, Вит.С-60, Вит.РР-15, Na-4838, К-2135, Са-603, Mg-252, P-926, Fe-11			224
родительская плата			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/6	Каша рисовая с маслом	24-03
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-351, Б-4, Ж-15, У-49, Вит.РР-1, Na-81, К-78, Са-13, Mg-8, P-42, Fe-1	.070	Пирог Сказка	17-17
ЭЦ-740, Б-12, Ж-29, У-109, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-551, К-369, Са-208, Mg-56, P-255, Fe-3			50
родительская плата			
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	.200/15/9	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	26-84
ЭЦ-351, Б-4, Ж-15, У-49, Вит.РР-1, Na-81, К-78, Са-13, Mg-8, P-42, Fe-1	.070	Пирог Сказка	17-17
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-95
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-648, Б-10, Ж-24, У-96, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-3, Na-1051, К-571, Са-59, Mg-41, P-160, Fe-3			50

Руководитель

Зав.производством