

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-988, Б-65, Ж-77, У-9, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-27, На-531, К-726, Са-71, Мг-71, Р-596, Fe-6	.090	Колбаски витаминные	73-50
ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-579, К-81, Са-16, Мг-30, Р-89, Fe-1	.150/27	Рис припущенный с овощами с огуриц.конс.	26-08
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1364, Б-72, Ж-83, У-81, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-28, На-1292, К-866, Са-99, Мг-110, Р-717, Fe-8			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-616, К-505, Са-26, Мг-27, Р-89, Fe-1	.250/10	Суп картофель. с мак. изд., цыпленком	19-03
ЭЦ-1021, Б-68, Ж-79, У-10, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-28, На-549, К-750, Са-73, Мг-74, Р-616, Fe-6	.093	Колбаски витаминные	76-16
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Мг-36, Р-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	18-01
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-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, Мг-10, Р-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	4-76
ЭЦ-1694, Б-85, Ж-94, У-128, Вит.А-4, Вит.В2-1, Вит.С-20, Вит.РР-32, На-2222, К-1444, Са-138, Мг-151, Р-867, Fe-10			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-31
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Мг-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Мг-10, Р-90	.031,25/28	Бутерброд с сыром	27-22
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, На-493, К-404, Са-20, Мг-22, Р-72, Fe-1	.200/25	Суп картофель. с мак. изд., цыпленком	27-29
ЭЦ-988, Б-65, Ж-77, У-9, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-27, На-531, К-726, Са-71, Мг-71, Р-596, Fe-6	.090	Колбаски витаминные	73-50
ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-579, К-81, Са-16, Мг-30, Р-89, Fe-1	.150/27	Рис припущенный с овощами с огуриц.конс.	26-08
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-2086, Б-93, Ж-104, У-191, Вит.А-3, Вит.В2-1, Вит.С-17, Вит.РР-30, На-2677, К-1595, Са-444, Мг-172, Р-1047, Fe-10			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-31
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Мг-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Мг-10, Р-90	.031,25/28	Бутерброд с сыром	27-22
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-403, Б-6, Ж-18, У-55, Вит.РР-1, На-34, К-91, Са-40, Мг-10, Р-65, Fe-1	.100	Пирог к чаю	28-69
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-616, К-505, Са-26, Мг-27, Р-89, Fe-1	.250/25	Суп картофель. с мак. изд., цыпленком	29-81
ЭЦ-1032, Б-68, Ж-80, У-10, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-29, На-554, К-759, Са-74, Мг-74, Р-623, Fe-6	.094	Колбаски витаминные	76-98
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Мг-36, Р-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	18-01
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-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, Мг-10, Р-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	4-76
ЭЦ-2699, Б-108, Ж-129, У-276, Вит.А-4, Вит.В2-1, Вит.С-22, Вит.РР-34, На-3153, К-1869, Са-504, Мг-201, Р-1197, Fe-12			224
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-31
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Мг-14, Р-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Мг-10, Р-90	.031,25/15	Бутерброд с сыром	15-77
ЭЦ-540, Б-16, Ж-18, У-78, Вит.С-2, На-735, К-339, Са-373, Мг-38, Р-271			50

Руководитель

Зав.производством