

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
Ц-283, Б-14, Ж-20, У-11, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, а-406, К-203, Са-59, Mg-23, P-153, Fe-1	0.090/50	Суфле из филе птицы с соусом	65-24
Ц-224, Б-6, Ж-5, У-38, Вит.РР-1, Na-2170, К-68, а-32, Mg-10, P-52, Fe-1	.160/52	Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой	23-08
Ц-91, У-24, К-1	.200	Напиток из брусники	15-30
Ц-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
Ц-684, Б-23, Ж-25, У-91, Вит.А-1, Вит.С-3, ит.РР-6, Na-2757, К-306, Са-98, Mg-38, P-229, e-2			106
<u>5-11 класс</u>			
Ц-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, а-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/6	Суп из овощей со сметаной	15-94
Ц-309, Б-17, Ж-17, У-22, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, а-3455, К-89, Са-44, Mg-11, P-35, Fe-1	.100/50	Шницель мясной с соусом	76-10
Ц-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, 917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	23-54
Ц-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
Ц-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
Ц-817, Б-30, Ж-36, У-93, Вит.А-2, Вит.С-58, ит.РР-6, Na-5169, К-1493, Са-160, Mg-88, -279, Fe-5			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
Ц-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
Ц-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, -193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/9	Каша рисовая с маслом сливочным	26-96
Ц-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-05
Ц-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, g-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
Ц-139, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-1, а-54, К-314, Са-29, Mg-19, P-50, Fe-1	.200/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	27-39
Ц-283, Б-14, Ж-20, У-11, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, а-406, К-203, Са-59, Mg-23, P-153, Fe-1	0.090/50	Суфле из филе птицы с соусом	65-24
Ц-224, Б-6, Ж-5, У-38, Вит.РР-1, Na-2170, К-68, а-32, Mg-10, P-52, Fe-1	.160/52	Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой	23-08
Ц-91, У-24, К-1	.200	Напиток из брусники	15-30
Ц-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
Ц-1417, Б-42, Ж-65, У-167, Вит.А-2, Вит.С-24, ит.РР-8, Na-3338, К-972, Са-347, Mg-110, -576, Fe-6			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
Ц-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
Ц-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, 242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/6	Каша рисовая с маслом сливочным	28-54
Ц-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-05
Ц-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, g-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
Ц-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	Йогурт фруктовый	23-89
Ц-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, а-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	30-86
Ц-309, Б-17, Ж-17, У-22, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, а-3455, К-89, Са-44, Mg-11, P-35, Fe-1	.100/50	Шницель мясной с соусом	76-10
Ц-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, 917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	23-54
Ц-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
Ц-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
Ц-1583, Б-49, Ж-73, У-183, Вит.А-2, Вит.С-61, ит.РР-7, Na-5793, К-1859, Са-409, Mg-146, -586, Fe-8			224
<u>родительская плата</u>			
Ц-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, 203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/5	Каша манная с маслом	18-12
Ц-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный завтрак"	12
Ц-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, g-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-93
Ц-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-95
Ц-639, Б-15, Ж-18, У-104, Вит.С-2, Вит.РР-1, а-629, К-382, Са-258, Mg-40, P-241, Fe-1			50

Руководитель

Зав. производством