

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

1-4 класс

ЭЦ-326, Б-18, Ж-20, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	79-87
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	19-71
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-624, Б-24, Ж-26, У-74, Вит.А-1, Вит.С-32, Вит.РР-5, Na-4080, К-966, Са-111, Mg-57, P-182, Fe-3			106

5-11 класс

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	Суп карт. с горохом, сметаной	13-78
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-99
ЭЦ-297, Б-16, Ж-19, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2450, К-130, Са-42, Mg-13, P-47, Fe-1	.082/50	Тефтели с соусом	72-95
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из сливы	14-90
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-993, Б-35, Ж-36, У-136, Вит.А-2, Вит.С-25, Вит.РР-5, Na-5699, К-738, Са-124, Mg-54, P-216, Fe-4			122

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/8	Каши пшеничная с маслом сливочным	22-86
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	12-67
ЭЦ-91, У-24, К-1	.200	Напиток из брусники	15-30
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	38-17
ЭЦ-326, Б-18, Ж-20, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	79-87
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	19-71
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1359, Б-44, Ж-54, У-178, Вит.А-2, Вит.С-42, Вит.РР-6, Na-5144, К-1412, Са-263, Mg-89, P-335, Fe-4			195

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/11	Каши пшеничная с маслом сливочным	25-75
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	12-67
ЭЦ-91, У-24, К-1	.200	Напиток из брусники	15-30
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	38-17
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	23-89
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-99
ЭЦ-297, Б-16, Ж-19, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2450, К-130, Са-42, Mg-13, P-47, Fe-1	.082/50	Тефтели с соусом	72-95
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из сливы	14-90
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1611, Б-50, Ж-57, У-231, Вит.А-2, Вит.С-23, Вит.РР-4, Na-6148, К-816, Са-245, Mg-65, P-290, Fe-4			224

родительская плата

ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	16-31
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/14	Бутерброд с маслом сливочным	17-15
ЭЦ-334, Б-9, Ж-8, У-56, Вит.С-1, Na-171, К-107, Са-67, Mg-11, P-69			50

Руководитель

Зав.производством