

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-331, Б-19, Ж-25, У-9, Вит.С-1, Na-2111, К-55, Са-42, Mg-10, P-54, Fe-1	.090	Суфле Рыбка	70-52
ЭЦ-103, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	13-14
ЭЦ-67, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	9-72
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-621, Б-26, Ж-31, У-60, Вит.С-99, Вит.РР-6, Na-3114, К-838, Са-142, Mg-58, P-185, Fe-3			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/15	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	22-34
ЭЦ-294, Б-17, Ж-22, У-8, Вит.С-1, Na-1877, К-49, Са-37, Mg-9, P-48, Fe-1	.080	Суфле Рыбка	62-12
ЭЦ-103, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	11-68
ЭЦ-84, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	19-44
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	2-38
ЭЦ-788, Б-31, Ж-35, У-89, Вит.А-1, Вит.С-101, Вит.РР-4, Na-3502, К-1423, Са-182, Mg-93, P-287, Fe-5			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/5	Каша манная с маслом	18-75
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-93
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-05
ЭЦ-119, Б-4, У-24	шт	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-133, Б-5, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-494, К-406, Са-21, Mg-22, P-73, Fe-1	.200/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	22-73
ЭЦ-331, Б-19, Ж-25, У-9, Вит.С-1, Na-2111, К-55, Са-42, Mg-10, P-54, Fe-1	.090	Суфле Рыбка	70-52
ЭЦ-103, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	13-14
ЭЦ-67, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	9-72
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
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-1462, Б-46, Ж-65, У-173, Вит.А-1, Вит.С-114, Вит.РР-9, Na-4097, К-1596, Са-417, Mg-116, P-480, Fe-5			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-254, Са-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/15	Каша манная с маслом	32-77
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-93
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/20	Бутерброд с маслом сливочным	23-71
ЭЦ-119, Б-4, У-24	шт	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-166, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-16, Вит.РР-2, Na-617, К-507, Са-26, Mg-27, P-91, Fe-1	.250/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	25-63
ЭЦ-331, Б-19, Ж-25, У-9, Вит.С-1, Na-2111, К-55, Са-42, Mg-10, P-54, Fe-1	.090	Суфле Рыбка	69-88
ЭЦ-103, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	11-68
ЭЦ-84, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	19-44
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-1610, Б-50, Ж-70, У-196, Вит.А-1, Вит.С-103, Вит.РР-5, Na-4336, К-1834, Са-474, Mg-136, P-549, Fe-6			224
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/9	Каша манная с маслом	22-54
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-119, Б-4, У-24	шт	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-541, Б-15, Ж-16, У-85, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-488, К-349, Са-252, Mg-36, P-219, Fe-1			50

Руководитель

Зав.производством