

08 Ноября 2023 г.

**Меню Школа № 10**

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b><u>1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/30	Запеканка творожная с повидлом	88-94
ЭЦ-160, Б-6, Ж-12, У-46, Вит.РР-1, Na-211, К-72, Са-13, Mg-9, P-49, Fe-1	.080	Булочка Дорожная	10-64
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-826, Б-32, Ж-46, У-110, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-473, К-352, Са-279, Mg-57, P-431, Fe-3			106
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/10	Суп из овощей со сметаной	17-12
ЭЦ-309, Б-17, Ж-17, У-22, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-3455, К-89, Са-44, Mg-11, P-35, Fe-1	.100/50	Шницель мясной с соусом	73-29
ЭЦ-190, Б-4, Ж-7, У-27, Вит.С-32, Вит.РР-2, Na-1476, К-932, Са-65, Mg-41, P-121, Fe-2	.183	Картофельное пюре	25-17
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-820, Б-30, Ж-36, У-94, Вит.А-2, Вит.С-59, Вит.РР-6, Na-5194, К-1508, Са-161, Mg-89, P-281, Fe-5			122
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-31
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	18-38
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-139, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-1, Na-54, К-314, Са-29, Mg-19, P-50, Fe-1	.200/20/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	38-51
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/30	Запеканка творожная с повидлом	88-94
ЭЦ-160, Б-6, Ж-12, У-46, Вит.РР-1, Na-211, К-72, Са-13, Mg-9, P-49, Fe-1	.080	Булочка Дорожная	10-64
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-1473, Б-47, Ж-79, У-183, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-22, Вит.РР-3, Na-991, К-911, Са-498, Mg-101, P-628, Fe-5			195
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша ячневая с маслом сливочным	26-53
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	18-38
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-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	23-89
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/20/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	41-52
ЭЦ-309, Б-17, Ж-17, У-22, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-3455, К-89, Са-44, Mg-11, P-35, Fe-1	.100/50	Шницель мясной с соусом	73-29
ЭЦ-190, Б-4, Ж-7, У-27, Вит.С-32, Вит.РР-2, Na-1476, К-932, Са-65, Mg-41, P-121, Fe-2	.183	Картофельное пюре	25-17
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-1495, Б-46, Ж-66, У-181, Вит.А-2, Вит.С-62, Вит.РР-6, Na-5754, К-1754, Са-379, Mg-114, P-421, Fe-6			224
<b><u>родительская плата</u></b>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-31
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-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/12	Бутерброд с маслом сливочным	15-77
ЭЦ-543, Б-12, Ж-26, У-66, Вит.С-2, Na-488, К-293, Са-245, Mg-28, P-184			50

Руководитель

Зав. производством