

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
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-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-767, Б-30, Ж-46, У-98, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-292, К-318, Са-272, Mg-52, P-407, Fe-3			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-153, Б-2, Ж-8, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1010, К-488, Са-34, Mg-27, P-69, Fe-1	.250/10	Рассольник Ленинградский со сметан.	19-71
ЭЦ-512, Б-11, Ж-31, У-22, Вит.А-1, Вит.С-4, Na-3301, К-106, Са-44, Mg-12, P-37, Fe-1	.092/50	Котлета мясная с соусом	65-12
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	24-66
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-75
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	4-76
ЭЦ-1029, Б-20, Ж-46, У-107, Вит.А-3, Вит.С-53, Вит.РР-4, Na-5766, К-1546, Са-174, Mg-100, P-254, Fe-5			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/8	Каша пшеничная с маслом сливочным	21-85
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
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-159, Б-5, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-410, Са-32, Mg-23, P-66, Fe-1	.200/15/10	Рассольник Ленингр. с мясом. сметан.	37-85
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-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1469, Б-54, Ж-77, У-182, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-17, Вит.РР-3, Na-1654, К-1079, Са-570, Mg-108, P-735, Fe-5			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/8	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-76
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
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-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	26-28
ЭЦ-199, Б-7, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1023, К-512, Са-40, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленингр. с мясом. сметан.	41-37
ЭЦ-512, Б-11, Ж-31, У-22, Вит.А-1, Вит.С-4, Na-3301, К-106, Са-44, Mg-12, P-37, Fe-1	.092/50	Котлета мясная с соусом	65-12
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	24-66
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-75
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	4-76
ЭЦ-1792, Б-46, Ж-74, У-212, Вит.А-13003, Вит.С-96, Вит.РР-7, Na-6451, К-2697, Са-677, Mg-239, P-733, Fe-8			224
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/7	Каша пшеничная с маслом сливочным	20-09
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-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт./20гр	Батончик шоколадный "35"	9-60
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-733, Б-15, Ж-31, У-100, Вит.С-2, Na-487, К-293, Са-243, Mg-28, P-181			50

Руководитель

Зав.производством