

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-297, Б-10, Ж-7, У-47, Вит.РР-2, Na-622, К-290, Са-22, Mg-153, P-229, Fe-5 | .160 | Каша гречневая рассыпчатая | 20-64 |
| ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, К-109, Са-44, Mg-10, P-57, Fe-1 | .090/50 | Зразы рубленые с соусом | 72-96 |
| ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | Напиток Витошка | 10-24 |
| ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20 | .1к/31,25г | Хлеб народный | 2-16 |
| ЭЦ-707, Б-28, Ж-27, У-86, Вит.С-32, Вит.РР-8, Na-1848, К-428, Са-72, Mg-167, P-306, Fe-6 | | | 106 |
| <u>5-11 класс</u> | | | |
| ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1 | .250/10 | Щи из св. капусты со сметаной | 12-91 |
| ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5 | .180/20 | Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер. | 31-49 |
| ЭЦ-279, Б-15, Ж-18, У-14, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-986, К-101, Са-41, Mg-10, P-52, Fe-1 | .083/50 | Зразы рубленые с соусом | 69-24 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-04 |
| ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1 | .2к/62,5г | Хлеб народный | 4-32 |
| ЭЦ-1067, Б-37, Ж-48, У-123, Вит.А-1, Вит.С-34, Вит.РР-5, Na-3437, К-809, Са-142, Mg-205, P-399, Fe-9 | | | 122 |
| <u>ОВЗ 1-4 класс</u> | | | |
| ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1 | .200/10 | Каша рисовая с маслом сливочным | 28-22 |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1 | .31,25/22 | Бутерброд с сыром | 22-13 |
| 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-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1 | .200/10/10 | Щи из св. капусты с мясом, сметаной | 27-73 |
| ЭЦ-297, Б-10, Ж-7, У-47, Вит.РР-2, Na-622, К-290, Са-22, Mg-153, P-229, Fe-5 | .160 | Каша гречневая рассыпчатая | 20-64 |
| ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, К-109, Са-44, Mg-10, P-57, Fe-1 | .090/50 | Зразы рубленые с соусом | 72-96 |
| ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | Напиток Витошка | 10-24 |
| ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20 | .1к/31,25г | Хлеб народный | 2-16 |
| ЭЦ-1425, Б-51, Ж-58, У-175, Вит.А-1, Вит.С-58, Вит.РР-10, Na-3281, К-1075, Са-570, Mg-251, P-731, Fe-9 | | | 195 |
| <u>ОВЗ 5-11 класс</u> | | | |
| ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1 | .200/10 | Каша рисовая с маслом сливочным | 28-22 |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1 | .31,25/22 | Бутерброд с сыром | 22-13 |
| 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-100, Б-4, Ж-4, У-14 | .125/1шт | Йогурт фруктовый | 23-89 |
| ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1 | .250/10/10 | Щи из св. капусты с мясом, сметаной | 29-75 |
| ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5 | .180/20 | Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер. | 31-49 |
| ЭЦ-279, Б-15, Ж-18, У-14, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-986, К-101, Са-41, Mg-10, P-52, Fe-1 | .083/50 | Зразы рубленые с соусом | 69-24 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-04 |
| ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1 | .2к/62,5г | Хлеб народный | 4-32 |
| ЭЦ-1758, Б-59, Ж-74, У-219, Вит.А-1, Вит.С-36, Вит.РР-6, Na-4295, К-1208, Са-600, Mg-272, P-783, Fe-11 | | | 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 | .200/5 | Каша манная с маслом сливочным | 18-75 |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1 | .31,25/20 | Бутерброд с сыром | 20-33 |
| 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-589, Б-19, Ж-22, У-80, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-852, К-409, Са-460, Mg-52, P-353, Fe-2 | | | 50 |

Руководитель

Зав. производством