

30 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-481, Б-11, Ж-29, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3109, К-80, Са-40, Mg-10, P-31, Fe-1	.090/50	Котлета мясная с соусом	74-89
ЭЦ-104, 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	13-64
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	11-05
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	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-736, Б-16, Ж-35, У-64, Вит.А-1, Вит.С-73, Вит.РР-2, Na-3932, К-854, Са-138, Mg-57, P-146, Fe-4			106
<b><u>5-11 класс</u></b>			
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 сметаной	20-77
ЭЦ-432, Б-24, Ж-24, У-30, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-4819, К-124, Са-62, Mg-15, P-49, Fe-1	.093/50	Биточки мясные с соусом	76-82
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-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	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-928, Б-34, Ж-38, У-112, Вит.А-2, Вит.С-22, Вит.РР-5, Na-8271, К-716, Са-137, Mg-57, P-187, Fe-4			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-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-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	18-38
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, Na-828, К-436, Са-35, Mg-25, P-88, Fe-1	.200/25/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	36-13
ЭЦ-481, Б-11, Ж-29, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3109, К-80, Са-40, Mg-10, P-31, Fe-1	.090/50	Котлета мясная с соусом	74-89
ЭЦ-104, 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	13-64
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	11-05
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	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1423, Б-31, Ж-67, У-147, Вит.А-2, Вит.С-89, Вит.РР-4, Na-5224, К-1535, Са-363, Mg-107, P-381, Fe-6			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	26-48
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-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	18-38
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	23-89
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, К-545, Са-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/25/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	39-77
ЭЦ-450, Б-25, Ж-25, У-31, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5027, К-129, Са-65, Mg-16, P-51, Fe-1	.097/50	Биточки мясные с соусом	79-89
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-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	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1689, Б-56, Ж-73, У-207, Вит.А-2, Вит.С-25, Вит.РР-7, Na-9077, К-1059, Са-370, Mg-92, P-400, Fe-5			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	.200/6	Каша ячневая с маслом сливочным	19-35
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-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-332, К-102, Са-24, Mg-14, P-77, Fe-1	.100	Пирог Дружная семейка	21-85
ЭЦ-788, Б-48, Ж-19, У-106, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-795, К-345, Са-212, Mg-39, P-221, Fe-2			50

Руководитель

Зав. производством