

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

1-4 класс

ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, На-1141, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.150/23	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	28-99
ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-2689, К-143, Са-46, Мг-15, Р-51, Fe-1	.090/50	Тфтели с соусом	64-61
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Мг-4, Р-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-728, Б-24, Ж-33, У-84, Вит.А-1, Вит.С-34, Вит.РР-7, На-3986, К-427, Са-78, Мг-153, Р-272, Fe-6			106

5-11 класс

ЭЦ-29, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-8, На-430, К-55, Са-18, Мг-6, Р-10	.055	Салат из свежей капусты	5-07
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Мг-61, Р-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	85-91
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Мг-16, Р-134, Fe-1	.31,25/25	Бутерброд с сыром	24-82
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Мг-4, Р-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-1121, Б-25, Ж-53, У-106, Вит.А-6, Вит.С-13, Вит.РР-2, На-977, К-404, Са-283, Мг-91, Р-320, Fe-3			122

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/13	Каша пшеница с маслом сливочным	28-27
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-05
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	11-38
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Мг-14, Р-90	.200	Какао с молоком	17-93
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-585, К-277, Са-43, Мг-20, Р-65, Fe-1	.200/10/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	18-37
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, На-1141, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.150/23	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	28-99
ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-2689, К-143, Са-46, Мг-15, Р-51, Fe-1	.090/50	Тфтели с соусом	64-61
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Мг-4, Р-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-1575, Б-44, Ж-72, У-186, Вит.А-2, Вит.С-60, Вит.РР-9, На-5059, К-999, Са-366, Мг-201, Р-521, Fe-7			195

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, На-546, К-182, Са-154, Мг-18, Р-114	.250/14	Каша пшеница с маслом сливочным	33-21
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	18-38
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	11-38
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Мг-14, Р-90	.200	Какао с молоком	17-93
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-732, К-346, Са-53, Мг-25, Р-82, Fe-1	.250/10/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	21-10
ЭЦ-29, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-8, На-430, К-55, Са-18, Мг-6, Р-10	.055	Салат из свежей капусты	5-07
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Мг-61, Р-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	85-91
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Мг-16, Р-134, Fe-1	.31,25/25	Бутерброд с сыром	24-82
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Мг-4, Р-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-2083, Б-48, Ж-98, У-221, Вит.А-7, Вит.С-46, Вит.РР-4, На-2306, К-1081, Са-612, Мг-148, Р-609, Fe-4			224

родительская плата

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/10	Каша пшеница с маслом сливочным	25-75
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Мг-14, Р-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	11-38
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, На-141, К-32, Са-6, Мг-4, Р-22	.030	Булка формовая	1-95
ЭЦ-639, Б-18, Ж-18, У-102, Вит.С-2, На-628, К-324, Са-249, Мг-32, Р-203			50

Руководитель

Зав.производством