

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-294, Б-17, Ж-22, У-8, Вит.С-1, На-1877, К-49, Са-37, Mg-9, P-48, Fe-1	.080/5	Суфле Рыбка	66-06
ЭЦ-176, Б-5, Ж-6, У-25, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1389, К-813, Са-63, Mg-44, P-130, Fe-2	.150/18	Картофельное пюре с зеленым горошком	29-81
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-75
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-620, Б-24, Ж-28, У-70, Вит.А-1, Вит.С-33, Вит.РР-3, На-3270, К-897, Са-132, Mg-74, P-207, Fe-4			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/10/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	20-55
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-1189, К-121, Са-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/50	Зразы рубленые с соусом	65-28
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	23-22
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	4-76
ЭЦ-944, Б-36, Ж-42, У-105, Вит.А-1, Вит.С-35, Вит.РР-6, На-2622, К-819, Са-132, Mg-212, P-411, Fe-9			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-229, Б-5, Ж-18, У-14, Вит.С-2, На-470, К-240, Са-201, Mg-23, P-150	.200/10	Каша пшеничная с маслом	29-83
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, На-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом	29-01
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-585, К-277, Са-43, Mg-20, P-65, Fe-1	.200/12/6	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	18-98
ЭЦ-294, Б-17, Ж-22, У-8, Вит.С-1, На-1877, К-49, Са-37, Mg-9, P-48, Fe-1	.080/5	Суфле Рыбка	66-06
ЭЦ-176, Б-5, Ж-6, У-25, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1389, К-813, Са-63, Mg-44, P-130, Fe-2	.150/18	Картофельное пюре с зеленым горошком	29-81
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-75
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1331, Б-42, Ж-63, У-153, Вит.А-2, Вит.С-60, Вит.РР-6, На-4610, К-1596, Са-457, Mg-138, P-538, Fe-7			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-286, Б-6, Ж-22, У-17, Вит.С-3, На-587, К-300, Са-251, Mg-29, P-187	.250/12	Каша пшеничная с маслом	36-68
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, На-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом	29-01
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-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, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/10/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	20-55
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-1189, К-121, Са-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/50	Зразы рубленые с соусом	65-28
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	23-22
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	4-76
ЭЦ-1711, Б-57, Ж-80, У-192, Вит.А-1, Вит.С-39, Вит.РР-7, На-3574, К-1409, Са-542, Mg-270, P-832, Fe-11			224
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-229, Б-5, Ж-18, У-14, Вит.С-2, На-470, К-240, Са-201, Mg-23, P-150	.200/6	Каша пшеничная с маслом	25-36
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/15	Бутерброд с сыром	15-84
ЭЦ-482, Б-15, Ж-26, У-50, Вит.С-3, На-860, К-398, Са-474, Mg-50, P-337, Fe-2			50

Руководитель
Зав. производством
