

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

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	17-81
ЭЦ-508, Б-11, Ж-31, У-20, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3282, К-85, Са-42, Mg-10, P-33, Fe-1	.095/50	Котлета мясная соусом	73-78
ЭЦ-95, У-25, К-1	.200	Напиток из шиповника	12-03
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
			<hr/>
ЭЦ-889, Б-19, Ж-37, У-95, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-5723, К-165, Са-78, Mg-21, P-94, Fe-2			106

5-11 класс

ЭЦ-176, Б-7, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-3, Na-625, К-521, Са-26, Mg-30, P-108, Fe-1	.250/25	Суп картоф. с крупой, с курой	27-37
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	.150/25	Запеканка творожная с повидлом	88-47
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
			<hr/>
ЭЦ-783, Б-31, Ж-42, У-70, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-18, Вит.РР-4, Na-706, К-767, Са-285, Mg-73, P-466, Fe-3			122

ОВЗ 1-4 класс

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-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	16-16
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-141, Б-6, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-3, Na-500, К-417, Са-21, Mg-24, P-86, Fe-1	.200/25	Суп картоф. с крупой, с курой	26-24
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	17-81
ЭЦ-508, Б-11, Ж-31, У-20, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3282, К-85, Са-42, Mg-10, P-33, Fe-1	.095/50	Котлета мясная соусом	73-78
ЭЦ-95, У-25, К-1	.200	Напиток из шиповника	12-03
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
			<hr/>
ЭЦ-1549, Б-34, Ж-70, У-172, Вит.А-2, Вит.С-18, Вит.РР-5, Na-6693, К-850, Са-291, Mg-89, P-388, Fe-4			195

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/14	Каша рисовая с маслом сливочным	37-24
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	16-16
ЭЦ-257, Б-1, Ж-17, У-27, Вит.РР-1, Na-2, К-49, Са-6, Mg-3, P-9	.31,25 /	Бутерброд с маслом, повидлом	24-71
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	23-89
ЭЦ-176, Б-7, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-3, Na-625, К-521, Са-26, Mg-30, P-108, Fe-1	.250/25	Суп картоф. с крупой, с курой	27-37
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	.150/25	Запеканка творожная с повидлом	88-47
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
			<hr/>
ЭЦ-1596, Б-45, Ж-80, У-178, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-21, Вит.РР-6, Na-1287, К-1131, Са-513, Mg-129, P-720, Fe-4			224

родительская плата

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	.200/3	Каша рисовая с маслом сливочным	21-33
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	15-62
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-05
			<hr/>
ЭЦ-519, Б-9, Ж-26, У-63, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-470, К-268, Са-192, Mg-44, P-208, Fe-1			50

Руководитель

Зав. производством