

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, К-51, Са-8, Mg-5, P-9	.020	<i>Нарезка из огурцов конс.</i>	8-27
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.050/200	<i>Плов по - узбекски</i>	87-16
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	8-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-883, Б-15, Ж-45, У-76, Вит.А-6, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-63, К-311, Са-59, Mg-70, P-165, Fe-2			106
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/10	<i>Щи из св. капусты со сметаной</i>	14-61
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	<i>Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.</i>	31-49
ЭЦ-319, Б-15, Ж-20, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-2988, К-159, Са-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	<i>Тефтели с соусом</i>	69-74
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-78
ЭЦ-966, Б-31, Ж-50, У-101, Вит.А-2, Вит.С-37, Вит.РР-5, Na-5090, К-836, Са-140, Mg-205, P-388, Fe-8			122
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	23-31
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-92
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	18-38
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт./30гр	<i>Вафли "Вау-Вафля"</i>	11-88
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	<i>Щи из св. капусты с мясом, сметаной</i>	24-51
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, К-51, Са-8, Mg-5, P-9	.020	<i>Нарезка из огурцов конс</i>	8-27
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.050/200	<i>Плов по - узбекски</i>	87-16
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	8-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-1672, Б-36, Ж-80, У-173, Вит.А-7, Вит.С-33, Вит.РР-3, Na-1126, К-852, Са-344, Mg-115, P-390, Fe-3			195
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	25-08
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-92
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	18-38
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт./30гр	<i>Вафли "Вау-Вафля"</i>	11-88
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	<i>Йогурт фруктовый</i>	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	<i>Щи из св. капусты с мясом, сметаной</i>	26-46
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	<i>Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.</i>	31-49
ЭЦ-319, Б-15, Ж-20, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-2988, К-159, Са-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	<i>Тефтели с соусом</i>	69-74
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-78
ЭЦ-1795, Б-54, Ж-82, У-215, Вит.А-2, Вит.С-40, Вит.РР-4, Na-5674, К-1129, Са-413, Mg-233, P-564, Fe-8			224
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/9	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	22-32
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	<i>Кофе на молоке</i>	15-80
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт./30гр	<i>Вафли "Вау-Вафля"</i>	11-88
ЭЦ-479, Б-13, Ж-12, У-78, Вит.С-2, Na-462, К-218, Са-183, Mg-21, P-136			50

Руководитель

Зав.производством