

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-312, Б-10, Ж-7, У-50, Вит.РР-2, Na-653, К-305, Са-23, Mg-160, P-241, Fe-5	.168	Каша гречневая рассыпчатая	21-64
ЭЦ-335, Б-16, Ж-21, У-22, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-3137, К-167, Са-54, Mg-17, P-60, Fe-1	.105/50	Тефтели с соусом	77-88
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-24
ЭЦ-755, Б-28, Ж-28, У-96, Вит.А-1, Вит.С-35, Вит.РР-8, Na-3946, К-501, Са-83, Mg-181, P-321, Fe-6			112

5-11 класс

ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	23-22
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	Тефтели с соусом	74-17
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-24
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/19	Бутерброд с сыром	19-13
ЭЦ-928, Б-36, Ж-34, У-117, Вит.А-1, Вит.С-35, Вит.РР-8, Na-4208, К-575, Са-290, Mg-208, P-469, Fe-8			129

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-45
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	8-15
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/13	Бутерброд с маслом сливочным	15-99
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	.200/25/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	45-41
ЭЦ-312, Б-10, Ж-7, У-50, Вит.РР-2, Na-653, К-305, Са-23, Mg-160, P-241, Fe-5	.168	Каша гречневая рассыпчатая	21-64
ЭЦ-335, Б-16, Ж-21, У-22, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-3137, К-167, Са-54, Mg-17, P-60, Fe-1	.105/50	Тефтели с соусом	77-88
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-24
ЭЦ-1436, Б-45, Ж-64, У-170, Вит.А-2, Вит.С-61, Вит.РР-9, Na-4985, К-995, Са-313, Mg-223, P-509, Fe-8			206

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	27-90
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	8-15
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/18	Бутерброд с маслом сливочным	21-76
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	.250/25/15	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	49-19
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	23-22
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	Тефтели с соусом	74-17
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-24
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/19	Бутерброд с сыром	19-13
ЭЦ-1723, Б-56, Ж-75, У-204, Вит.А-2, Вит.С-68, Вит.РР-9, Na-5500, К-1167, Са-561, Mg-258, P-690, Fe-10			236

Руководитель

Зав. производством