

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-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5182, К-133, Са-67, Mg-16, P-52, Fe-1	.100/50	<i>Котлета мясная с соусом</i>	76-22
ЭЦ-214, Б-6, Ж-5, У-36, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2064, К-106, Са-37, Mg-14, P-56, Fe-1	.150/20	<i>Макаронные изделия отварные с огурицом консервированным</i>	21-65
ЭЦ-95, У-25, К-1	.200	<i>Напиток из шиповника</i>	11-52
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-800, Б-33, Ж-31, У-99, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-5, Na-7246, К-240, Са-104, Mg-30, P-108, Fe-2			112
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-280, Б-6, Ж-15, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-775, К-742, Са-96, Mg-66, P-127, Fe-2	.250/10/10	<i>Рассольник Домашний с мясом, сметан</i>	35-42
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	<i>Рис припущенный с овощами</i>	18-17
ЭЦ-418, Б-23, Ж-23, У-29, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-4664, К-120, Са-60, Mg-14, P-47, Fe-1	.090/50	<i>Котлета мясная с соусом</i>	69-40
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-61
ЭЦ-1061, Б-35, Ж-46, У-119, Вит.А-11, Вит.С-40, Вит.РР-6, Na-6134, К-984, Са-180, Mg-120, P-289, Fe-5			129
<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>	23-32
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>	10-22
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/21	<i>Бутерброд с сыром</i>	21-83
ЭЦ-224, Б-5, Ж-12, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-2, Na-620, К-594, Са-77, Mg-53, P-102, Fe-2	.200/15/10	<i>Рассольник Домашний с мясом, сметан</i>	38-63
ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5182, К-133, Са-67, Mg-16, P-52, Fe-1	.100/50	<i>Котлета мясная с соусом</i>	76-22
ЭЦ-214, Б-6, Ж-5, У-36, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2064, К-106, Са-37, Mg-14, P-56, Fe-1	.150/20	<i>Макаронные изделия отварные с огурицом консервированным</i>	21-65
ЭЦ-95, У-25, К-1	.200	<i>Напиток из шиповника</i>	11-52
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-1595, Б-57, Ж-63, У-196, Вит.А-8, Вит.С-36, Вит.РР-7, Na-8717, К-1185, Са-632, Mg-127, P-525, Fe-5			206
<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	.250/15	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	31-96
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>	10-22
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/30	<i>Бутерброд с сыром</i>	29-54
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	<i>Сок Фруктовый 1кор</i>	26-28
ЭЦ-280, Б-6, Ж-15, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-775, К-742, Са-96, Mg-66, P-127, Fe-2	.250/15/10	<i>Рассольник Домашний с мясом, сметан</i>	41-81
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	<i>Рис припущенный с овощами</i>	18-17
ЭЦ-418, Б-23, Ж-23, У-29, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-4664, К-120, Са-60, Mg-14, P-47, Fe-1	.090/50	<i>Котлета мясная с соусом</i>	69-40
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-1822, Б-57, Ж-69, У-237, Вит.А-13011, Вит.С-83, Вит.РР-8, Na-7114, К-2111, Са-862, Mg-268, P-807, Fe-8			236
<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	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	23-32
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>	10-22
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/15	<i>Бутерброд с сыром</i>	16-46
ЭЦ-571, Б-19, Ж-20, У-79, Вит.С-2, Na-851, К-351, Са-451, Mg-44, P-315, Fe-1			50

Руководитель

Зав. производством