

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость б питания
<u>1-4 класс</u>			
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	.150/10	<i>Запеканка творожная с мол. сгущеным</i>	93-28
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/15	<i>Бутерброд с сыром</i>	15-32
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-716, Б-28, Ж-38, У-64, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-329, К-294, Са-389, Mg-53, P-448, Fe-2			112
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-42, Б-1, Ж-2, У-5, Вит.С-12, Na-625, К-80, Са-27, Mg-8, P-14	.080	<i>Салат из свежей капусты</i>	8-42
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10	<i>Суп карт. с горохом, мясом</i>	25-08
ЭЦ-441, Б-25, Ж-24, У-31, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-4923, К-127, Са-63, Mg-15, P-50, Fe-1	.095	<i>Биточки мясные</i>	63-86
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	<i>Картофельное пюре</i>	23-02
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-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	5-22
ЭЦ-1002, Б-42, Ж-44, У-111, Вит.А-2, Вит.С-60, Вит.РР-6, Na-7602, К-1480, Са-186, Mg-85, P-238, Fe-5			129
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
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	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	28-22
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	<i>Печенье "Орион"</i>	17-64
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/15	<i>Суп карт. с горохом, мясом</i>	28-49
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	.150/10	<i>Запеканка творожная с мол. сгущеным</i>	93-28
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/15	<i>Бутерброд с сыром</i>	15-32
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-1472, Б-49, Ж-64, У-176, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-12, Вит.РР-3, Na-1304, К-899, Са-661, Mg-118, P-736, Fe-4			206
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
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	.250/10	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	36-79
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	<i>Печенье "Орион"</i>	17-64
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	<i>Йогурт фруктовый</i>	27-45
ЭЦ-42, Б-1, Ж-2, У-5, Вит.С-12, Na-625, К-80, Са-27, Mg-8, P-14	.080	<i>Салат из свежей капусты</i>	8-42
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/15	<i>Суп карт. с горохом, мясом</i>	30-55
ЭЦ-441, Б-25, Ж-24, У-31, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-4923, К-127, Са-63, Mg-15, P-50, Fe-1	.095	<i>Биточки мясные</i>	63-86
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	<i>Картофельное пюре</i>	23-02
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-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	5-22
ЭЦ-1757, Б-60, Ж-68, У-229, Вит.А-2, Вит.С-63, Вит.РР-7, Na-8206, К-1869, Са-468, Mg-145, P-528, Fe-6			236
<u>50 родительская плата</u>			
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	.200/11	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	28-96
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-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	<i>Печенье "Орион"</i>	17-64
ЭЦ-460, Б-9, Ж-12, У-78, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-445, К-218, Са-135, Mg-41, P-168, Fe-2			50

Руководитель

Зав. производством

