

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-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/40	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	30-24
ЭЦ-303, Б-14, Ж-19, У-20, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2838, К-151, Са-49, Mg-15, P-54, Fe-1	.095/50	Тфтели с соусом	72-80
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/157	Чай с сахаром, лимоном	6-35
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-787, Б-25, Ж-37, У-91, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-4208, К-482, Са-85, Mg-179, P-303, Fe-7			112
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/107	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	25-74
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	.150/30	Запеканка творожная с повидлом	96-99
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-66
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-735, Б-26, Ж-41, У-66, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-22, Вит.РР-2, Na-1072, К-602, Са-313, Mg-68, P-416, Fe-3			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	.200/7	Каша рисовая с маслом сливочным	25-24
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-39
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-322, Б-5, Ж-14, У-44, Na-27, К-73, Са-32, Mg-8, P-52, Fe-1	.080	Пирог к чаю	25-64
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	24-12
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/40	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	30-24
ЭЦ-303, Б-14, Ж-19, У-20, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2838, К-151, Са-49, Mg-15, P-54, Fe-1	.095/50	Тфтели с соусом	72-80
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/157	Чай с сахаром, лимоном	6-35
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1690, Б-42, Ж-74, У-220, Вит.А-2, Вит.С-25, Вит.РР-5, Na-5521, К-1180, Са-410, Mg-258, P-652, Fe-10			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	Каша рисовая с маслом сливочным	32-77
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-39
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-322, Б-5, Ж-14, У-44, Na-27, К-73, Са-32, Mg-8, P-52, Fe-1	.080	Пирог к чаю	25-64
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	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	26-44
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	.150/30	Запеканка творожная с повидлом	96-99
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-66
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-1731, Б-43, Ж-75, У-222, Вит.А-13009, Вит.В2-1, Вит.С-65, Вит.РР-5, Na-1723, К-1804, Са-827, Mg-236, P-938, Fe-7			236
<u>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	.200/9	Каша рисовая с маслом сливочным	27-06
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	8-22
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1 кус./10	Бутерброд с маслом шоколадным	14-72
ЭЦ-416, Б-9, Ж-14, У-66, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-470, К-291, Са-195, Mg-48, P-213, Fe-2			50

Руководитель

Зав. производством