

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/30	Каша гречневая рассыпчатая с овощной закуской	25-07
ЭЦ-261, Б-12, Ж-16, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2450, К-130, Са-42, Mg-13, P-47, Fe-1	.082/50	Тeftели с соусом	58-41
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	26-28
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-760, Б-22, Ж-31, У-96, Вит.А-13001, Вит.С-46, Вит.РР-5, Na-3767, К-1154, Са-274, Mg-251, P-448, Fe-8			112
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-311, Са-51, Mg-21, P-52, Fe-1	.250/15/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	34-71
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	Плов по - узбекски	85-70
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	6-35
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-1055, Б-20, Ж-54, У-93, Вит.А-7, Вит.С-35, Вит.РР-3, Na-902, К-600, Са-108, Mg-90, P-228, Fe-3			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	.200/12	Каша ячневая с маслом сливочным	24-93
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-22
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	19-42
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	.200/20/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	39-43
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/30	Каша гречневая рассыпчатая с овощной закуской	25-07
ЭЦ-261, Б-12, Ж-16, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2450, К-130, Са-42, Mg-13, P-47, Fe-1	.082/50	Тeftели с соусом	58-41
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-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-1430, Б-39, Ж-66, У-169, Вит.А-13002, Вит.С-72, Вит.РР-6, Na-4830, К-1695, Са-559, Mg-296, P-673, Fe-9			206
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	19-42
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша ячневая с маслом сливочным	31-25
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-22
ЭЦ-243, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-253, К-84, Са-16, Mg-10, P-64, Fe-1	0.100	Булочка Сладена	26-35
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	.250/20/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	41-96
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	98-21
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	6-35
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-2100, Б-45, Ж-100, У-219, Вит.А-8, Вит.С-39, Вит.РР-4, Na-1757, К-1059, Са-408, Mg-145, P-528, Fe-5			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	Каша ячневая с маслом сливочным	22-75
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-22
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1 кус./12	Бутерброд с маслом шоколадным	17-03
ЭЦ-431, Б-12, Ж-14, У-66, Вит.С-2, Na-487, К-291, Са-243, Mg-28, P-181			50

Руководитель _____
Зав. производством _____
