

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-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/35	Каша гречневая рассыпчатая с овощной закуской	27-08
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	79-02
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-66
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-966, Б-21, Ж-49, У-76, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-1301, К-385, Са-43, Mg-147, P-243, Fe-6			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	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	28-20
ЭЦ-257, Б-4, Ж-10, У-36, Вит.А-2, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-695, К-103, Са-25, Mg-34, P-90, Fe-1	.180	Рис с овощами "Светофор"	34-75
ЭЦ-278, Б-16, Ж-15, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-3109, К-80, Са-40, Mg-10, P-31, Fe-1	.090/50	Шницель мясной с соусом	57-91
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-66
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный	4-48
ЭЦ-894, Б-30, Ж-35, У-114, Вит.А-4, Вит.С-34, Вит.РР-5, Na-4886, К-586, Са-136, Mg-79, P-228, Fe-5			129
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	28-74
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-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт./20гр	Батончик шоколадный "Детский сувенир"	11-14
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный	4-48
ЭЦ-104, Б-3, Ж-7, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-249, Са-41, Mg-17, P-42, Fe-1	.200/15/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	33-25
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/35	Каша гречневая рассыпчатая с овощной закуской	27-08
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	79-02
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-66
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-1956, Б-44, Ж-89, У-211, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-3, Na-2758, К-1089, Са-421, Mg-211, P-572, Fe-8			206
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1 кус./12	Бутерброд с маслом шоколадным	16-64
ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, Na-587, К-302, Са-252, Mg-29, P-188	.250/12	Каша ячневая с маслом	35-36
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-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный	4-48
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	36-05
ЭЦ-257, Б-4, Ж-10, У-36, Вит.А-2, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-695, К-103, Са-25, Mg-34, P-90, Fe-1	.180	Рис с овощами "Светофор"	34-75
ЭЦ-278, Б-16, Ж-15, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-3109, К-80, Са-40, Mg-10, P-31, Fe-1	.090/50	Шницель мясной с соусом	57-91
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-66
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный	4-48
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-1755, Б-51, Ж-59, У-257, Вит.А-13004, Вит.С-78, Вит.РР-8, Na-5905, К-1842, Са-723, Mg-232, P-733, Fe-8			236
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/8	Каша ячневая с маслом	26-92
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	9-70
ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт./20гр	Батончик шоколадный "Детский сувенир"	11-14
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-17, Ж-31, У-103, Вит.С-3, Na-676, К-416, Са-328, Mg-41, P-260			50

Руководитель

Зав. производством

