

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимос
			тл
1-4 класс			
ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-182, К-100, Са-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	11-20
ЭЦ-873, Б-6, Ж-50, У-50, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-28, К-258, Са-50, Mg-68, P-163, Fe-1	.055/200	Плов по - узбекски	90-78
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-41
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1010, Б-18, Ж-53, У-87, Вит.А-8, Вит.С-21			112
5-11 класс			
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	.250/10/10	Щи из св. капусты с	23-65
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, Na-1667, К-976, Са-76, Mg-53, P-156, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре с	30-42
ЭЦ-419, Б-26, Ж-28, У-16, Вит.РР-10, Na-1172, К-289, Са-50, Mg-28, P-237, Fe-2	.091	Котлета из филе цыпленка	61-59
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-41
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108, Са-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Булка формовая	5-93
ЭЦ-1140, Б-46, Ж-49, У-129, Вит.А-1, Вит.С-67			129
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-436, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом	24-19
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	21-49
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт./50гр.	Печенье "Слабодка"	12-24
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-78
ЭЦ-127, Б-6, 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	.200/25/10	Щи из св. капусты с	34-30
ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-182, К-100, Са-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	11-20
ЭЦ-873, Б-6, Ж-50, У-50, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-28, К-258, Са-50, Mg-68, P-163, Fe-1	.055/200	Плов по - узбекски	90-78
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-41
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1704, Б-37, Ж-77, У-187, Вит.А-9, Вит.С-47			206
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-546, К-254, Са-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/12	Каша манная с маслом	29-68
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	21-49
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт./50гр.	Печенье "Слабодка"	12-24
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-78
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом	29-66
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	.250/25/10	Щи из св. капусты с	35-80
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, Na-1667, К-976, Са-76, Mg-53, P-156, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре с	30-42
ЭЦ-419, Б-26, Ж-28, У-16, Вит.РР-10, Na-1172, К-289, Са-50, Mg-28, P-237, Fe-2	.091	Котлета из филе цыпленка	61-59
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-41
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108, Са-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Булка формовая	5-93
ЭЦ-2021, Б-68, Ж-73, У-271, Вит.А-1, Вит.С-70			236
родительская плата			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-436, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/12	Каша манная с маслом	26-28
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	9-70
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт./50гр.	Печенье "Слабодка"	12-24
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-78
ЭЦ-611, Б-16, Ж-17, У-99, Вит.С-2, Вит.РР-1			50

Руководитель

Зав.производством

