

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-8, Б-1, У-1, Вит.С-3, Na-64, К-90, Са-15, Mg-9, P-15	.035	Нарезка из огурцов конс.	13-16
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-22
ЭЦ-359, Б-17, Ж-25, У-17, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-349, К-211, Са-22, Mg-20, P-147, Fe-2	.090/50	Котлета из филе цыпленка бр. с	67-49
ЭЦ-95, У-25, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-52
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-748, Б-26, Ж-31, У-93, Вит.А-1, Вит.С-5,			112
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-288, Б-7, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-2712, К-88, Са-40, Mg-13, P-67, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	19-14
ЭЦ-184, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5182, К-133, Са-67, Mg-16, P-52, Fe-1	.100/30	Котлета мясная с соусом	76-27
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-19
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1	.050/25	Бутерброд с сыром	23-79
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-1122, Б-44, Ж-40, У-147, Вит.А-2, Вит.С-6,			129
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-62
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	16-67
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	Манник	19-25
ЭЦ-148, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-98
ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/30	Суп карт. с горохом, тушенкой	30-48
ЭЦ-8, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-64, К-90, Са-15, Mg-9, P-15	.035	Нарезка из огурцов конс.	13-16
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-22
ЭЦ-359, Б-17, Ж-25, У-17, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-349, К-211, Са-22, Mg-20, P-147, Fe-2	.090/50	Котлета из филе цыпленка бр. с	67-49
ЭЦ-95, У-25, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-52
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1910, Б-57, Ж-70, У-268, Вит.А-2, Вит.С-16,			206
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/12	Каша пшеничная с маслом сливочным	30-04
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	16-67
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	Манник	19-25
ЭЦ-148, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-98
ЭЦ-236, Б-10, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/30	Суп карт. с горохом, тушенкой	38-06
ЭЦ-288, Б-7, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-2712, К-88, Са-40, Mg-13, P-67, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	19-14
ЭЦ-184, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5182, К-133, Са-67, Mg-16, P-52, Fe-1	.100/30	Котлета мясная с соусом	76-27
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-19
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1	.050/25	Бутерброд с сыром	23-79
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-2413, Б-79, Ж-85, У-338, Вит.А-3, Вит.С-21,			236
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/9	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-36
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	Манник	19-25
ЭЦ-148, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-99
ЭЦ-881, Б-20, Ж-24, У-147, Вит.С-1, Вит.РР-2,			50

Руководитель

Зав. производством