

Меню Школа № 10

эн. 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	.150/35	Каша гречневая рассыпчатая с	26-13
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-12, Са-5, Мо-5, P-13	.060/60	Гуляш	80-23
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-956, Б-21, Ж-49, У-75, Вит.С-4, Вит.РР-1,			112
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/25/8	Суп из овощей с тушенкой, сметаной	34-31
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-33, Вит.РР-2, Na-100, К-321, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	15-61
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, К-121, Са-49, Мо-11, P-63, Fe-1	.100/50	Зразы рубленые с соусом	73-44
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-979, Б-37, Ж-42, У-112, Вит.А-1, Вит.С-29,			129
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23	.031,25/10	Бутерброд с маслом шоколадным	13-97
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Мо-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, Мо-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-22
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	14-06
ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-65, К-343, Са-32, Mg-22, P-74, Fe-1	.200/25/10	Суп из овощей с тушенкой, сметаной	33
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	26-13
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-12, Са-5, Мо-5, P-13	.060/60	Гуляш	80-23
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-1713, Б-44, Ж-73, У-187, Вит.А-1, Вит.С-25,			206
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23	.031,25/20	Бутерброд с маслом шоколадным	26-08
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Мо-18, P-114	.250/10	Каша ячневая с маслом сливочным	26-07
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Мо-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-22
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	14-06
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/50гр.	Печенье "Супер Котик"	30-57
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/25/8	Суп из овощей с тушенкой, сметаной	34-31
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-33, Вит.РР-2, Na-100, К-321, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	15-61
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, К-121, Са-49, Мо-11, P-63, Fe-1	.100/50	Зразы рубленые с соусом	73-44
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-1765, Б-60, Ж-60, У-244, Вит.А-1, Вит.С-32,			236
<u>50 родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Мо-14, P-91	.200/16	Каша ячневая с маслом сливочным	29-55
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	14-06
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Мо-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	2-99
ЭЦ-607, Б-15, Ж-11, У-108, Вит.С-1, Вит.РР-1,			50

Руководитель

Зав. производством