

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость б питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/12	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	93-17
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-40
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1	.050/15	<i>Бутерброд с сыром</i>	15-43
ЭЦ-800, Б-32, Ж-41, У-75, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-481, К-323, Са-469, Mg-60, P-503, Fe-3			112
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.075/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	80-65
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-40
ЭЦ-518, Б-5, Ж-33, У-53, Na-60, К-66, Са-32, Mg-7, P-51, Fe-1	.100	<i>Пирожное Черемушка</i>	39-73
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	5-22
ЭЦ-1003, Б-26, Ж-51, У-110, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-113, К-1187, Са-64, Mg-59, P-177, Fe-4			129
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	<i>Каша манная с маслом сливочным</i>	24-22
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	<i>Кофе на молоке</i>	21-49
ЭЦ-255, Б-7, Ж-6, У-41, Вит.РР-1, Na-266, К-88, Са-17, Mg-11, P-67, Fe-1	.0.105	<i>Булочка Сластина</i>	21-76
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/25	<i>Суп картоф. с крупой и рыбой</i>	23-92
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/12	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	93-17
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-40
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1	.050/15	<i>Бутерброд с сыром</i>	15-43
ЭЦ-1567, Б-53, Ж-65, У-191, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-16, Вит.РР-5, Na-2005, К-1062, Са-698, Mg-120, P-795, Fe-6			206
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-254, Са-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/14	<i>Каша манная с маслом сливочным</i>	31-98
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	<i>Кофе на молоке</i>	21-49
ЭЦ-255, Б-7, Ж-6, У-41, Вит.РР-1, Na-266, К-88, Са-17, Mg-11, P-67, Fe-1	.0.105	<i>Булочка Сластина</i>	21-76
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/30	<i>Суп картоф. с крупой и рыбой</i>	29-16
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.075/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	80-65
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-40
ЭЦ-518, Б-5, Ж-33, У-53, Na-60, К-66, Са-32, Mg-7, P-51, Fe-1	.100	<i>Пирожное Черемушка</i>	39-73
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	5-22
ЭЦ-1872, Б-50, Ж-78, У-239, Вит.А-1, Вит.С-62, Вит.РР-8, Na-1945, К-2071, Са-331, Mg-131, P-514, Fe-7			236

Руководитель

Зав.производством