

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-533, Б-12, Ж-37, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-78, Са-6, Mg-5, P-14	.065/65	Гуляш	86-20
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	15-61
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-58
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-951, Б-24, Ж-45, У-79, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-704, К-430, Са-36, Mg-181, P-280, Fe-7			112
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/25	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	25-01
ЭЦ-294, Б-16, Ж-16, У-20, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-3282, К-85, Са-42, Mg-10, P-33, Fe-1	.095/50	Шницель мясной с соусом	76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-58
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	17-80
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1125, Б-34, Ж-44, У-150, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-4, Na-4686, К-526, Са-124, Mg-186, P-362, Fe-8			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	23-14
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-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	14-06
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-08
ЭЦ-65, Б-3, Ж-5, У-2, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-15, К-79, Са-15, Mg-8, P-35	.200/20	Суп с клецками, тушенкой	22-23
ЭЦ-533, Б-12, Ж-37, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-78, Са-6, Mg-5, P-14	.065/65	Гуляш	86-20
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	15-61
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-58
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1679, Б-45, Ж-71, У-181, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-3, Na-1327, К-762, Са-241, Mg-214, P-475, Fe-7			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	.250/14	Каша пшеничная с маслом сливочным	30-60
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-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	14-06
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-08
ЭЦ-81, Б-3, Ж-7, У-2, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-19, К-99, Са-18, Mg-10, P-44	.250/20	Суп с клецками, тушенкой	27-77
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/25	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	25-01
ЭЦ-294, Б-16, Ж-16, У-20, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-3282, К-85, Са-42, Mg-10, P-33, Fe-1	.095/50	Шницель мясной с соусом	76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-58
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	17-80
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1951, Б-57, Ж-75, У-263, Вит.А-2, Вит.С-8, Вит.РР-5, Na-5422, К-914, Са-363, Mg-225, P-589, Fe-8			236
<u>родительская плата</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	Каша манная с маслом сливочным	24-22
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	9-91
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	14-06
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-81
ЭЦ-629, Б-17, Ж-17, У-103, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-629, К-381, Са-258, Mg-40, P-241, Fe-1			50

Руководитель

Зав.производством