

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-165, Б-9, Ж-12, У-5, Вит.С-1, Вит.РР-4, Na-158, К-131, Са-27, Mg-12, P-91, Fe-1	.060/50	Фрикадельки из курицы с соусом	56-08
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	12-97
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	26-28
	.шт./38г	Пирожное Боярушка	14-06
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-562, Б-19, Ж-19, У-78, Вит.А-13000, Вит.С-41, Вит.РР-7, Na-761, К-1143, Са-247, Mg-255, P-486, Fe-8			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-464, 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	74-09
ЭЦ-484, Б-7, Ж-22, У-66, Вит.РР-1, Na-41, К-110, Са-48, Mg-12, P-78, Fe-1	.120	Пирог к чаю	29-76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1320, Б-41, Ж-55, У-168, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-7936, К-356, Са-160, Mg-45, P-205, Fe-4			129
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	22-82
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./100	Печенье "Слабодка шахматная"	12-24
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
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	.200/20/10	Суп из овощей с цыпленком, сметаной	34-84
ЭЦ-165, Б-9, Ж-12, У-5, Вит.С-1, Вит.РР-4, Na-158, К-131, Са-27, Mg-12, P-91, Fe-1	.060/50	Фрикадельки из курицы с соусом	56-08
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	12-97
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый Икор	26-28
	.шт./38г	Пирожное Боярушка	14-06
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1191, Б-37, Ж-40, У-168, Вит.А-13001, Вит.С-62, Вит.РР-9, Na-1288, К-1704, Са-462, Mg-298, P-696, Fe-9			206
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/14	Каша ячневая с маслом сливочным	30-20
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./100	Печенье "Слабодка шахматная"	12-24
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
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	.250/20/10	Суп из овощей с цыпленком, сметаной	37-85
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-464, 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	74-09
ЭЦ-484, Б-7, Ж-22, У-66, Вит.РР-1, Na-41, К-110, Са-48, Mg-12, P-78, Fe-1	.120	Пирог к чаю	29-76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-2083, Б-63, Ж-82, У-275, Вит.А-2, Вит.С-32, Вит.РР-8, Na-8588, К-1038, Са-414, Mg-98, P-457, Fe-5			236
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	22-82
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23	.031,25/18	Бутерброд с маслом шоколадным	23-78
ЭЦ-432, Б-10, Ж-11, У-73, Вит.С-1, Na-584, К-203, Са-134, Mg-22, P-122, Fe-1			50

Руководитель _____
Зав.производством _____