

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
Д-543, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-1, ит.РР-1, Na-98, К-272, Са-298, Mg-43, P-379, Fe-1	.150/10	Запеканка творожная с молоком сгущ.	94-11
Д-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
Д-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, -134, Fe-1	.31,25/15	Бутерброд с сыром	14-49
Д-767, Б-32, Ж-40, У-70, Вит.А-18, Вит.В2-1, ит.С-1, Вит.РР-1, Na-463, К-357, Са-511, g-63, P-521, Fe-3			112
<u>5-11 класс</u>			
Ц-295, Б-5, Ж-8, У-49, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, а-733, К-103, Са-20, Mg-38, P-113, Fe-1	.190/25	Рис припущенный с овощами с огурц.конс.	28-24
Ц-309, Б-17, Ж-17, У-22, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, а-3455, К-89, Са-44, Mg-11, P-35, Fe-1	.100/50	Шницель мясной с соусом	78-91
Ц-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
Ц-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, -134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	18-45
Ц-828, Б-30, Ж-31, У-105, Вит.А-2, Вит.С-5, ит.РР-3, Na-4553, К-277, Са-277, Mg-69, P-290, e-4			129
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
Ц-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, а-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшенная с маслом сливочным	24-62
Ц-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, g-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-86
Ц-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, а-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	Манник	19-25
Ц-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
Ц-179, Б-6, Ж-9, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-2, а-620, К-594, Са-77, Mg-53, P-102, Fe-2	.200/10/8	Рассольник Домашний с мясом, сметаной	30-66
Ц-543, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-1, ит.РР-1, Na-98, К-272, Са-298, Mg-43, P-379, Fe-1	.150/10	Запеканка творожная с молоком сгущ.	94-11
Ц-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
Ц-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, -134, Fe-1	.31,25/15	Бутерброд с сыром	14-49
Ц-1798, Б-58, Ж-77, У-222, Вит.А-25, Вит.В2-1, ит.С-30, Вит.РР-4, Na-1604, К-1354, Са-877, fг-156, P-884, Fe-6			206
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
Ц-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, а-154, Mg-18, P-114	.250/11	Каша пшенная с маслом сливочным	29-28
Ц-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, fг-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-86
Ц-191, Б-5, Ж-5, У-31, Вит.РР-1, Na-207, К-67, Са-13, fг-8, P-51, Fe-1	.080	Ватрушка с творогом	23-30
Ц-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
Ц-224, Б-8, Ж-11, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, la-775, К-742, Са-96, Mg-66, P-127, Fe-2	.250/10/10	Рассольник Домашний с мясом, сметаной	34-95
Ц-295, Б-5, Ж-8, У-49, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, la-733, К-103, Са-20, Mg-38, P-113, Fe-1	.190/25	Рис припущенный с овощами с огурц.конс.	28-24
Ц-309, Б-17, Ж-17, У-22, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, la-3455, К-89, Са-44, Mg-11, P-35, Fe-1	.100/50	Шницель мясной с соусом	78-91
Ц-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
Ц-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, -134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	18-45
Ц-1830, Б-58, Ж-68, У-244, Вит.А-11, Вит.С-42, зит.РР-7, Na-6131, К-1415, Са-660, Mg-175, 2-672, Fe-7			236
<u>родительская плата</u>			
Ц-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, а-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшенная с маслом сливочным	18-70
Ц-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, fг-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-86
Ц-260, Б-5, Ж-7, У-44, Na-26, К-82, Са-34, Mg-9, 2-60, Fe-1	.075	Манник	14-44
Ц-738, Б-17, Ж-25, У-113, Вит.С-2, Na-513, <-375, Са-277, Mg-37, P-241, Fe-1			50

Руководитель
Зав.производством

