

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

1-4 класс

ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	7-49
ЭЦ-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-94, К-530, Са-50, Mg-81, P-296, Fe-2	.060/150	Плов по - узбекски	91-68
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	10-22
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-728, Б-29, Ж-35, У-78, Вит.А-5, Вит.С-15, Вит.РР-6, Na-613, К-736, Са-190, Mg-101, P-397, Fe-2			112

5-11 класс

ЭЦ-26, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, К-50, Са-17, Mg-5, P-9	.050	Салат из свежей капусты	6-24
ЭЦ-326, Б-18, Ж-20, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тфтели с соусом	80-69
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-501, Б-6, Ж-22, У-71, Вит.РР-1, Na-115, К-111, Са-19, Mg-11, P-60, Fe-1	.100	Пирог Сказка	20-45
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-1271, Б-36, Ж-52, У-167, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-6, Na-3896, К-656, Са-112, Mg-207, P-386, Fe-9			129

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/9	Каша ячневая с маслом сливочным	22-18
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-86
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	11-38
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/25	Суп карт. с горохом, мясом	40-97
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	7-49
ЭЦ-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-94, К-530, Са-50, Mg-81, P-296, Fe-2	.060/150	Плов по - узбекски	91-68
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	10-22
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1464, Б-51, Ж-59, У-187, Вит.А-6, Вит.С-26, Вит.РР-7, Na-1581, К-1293, Са-455, Mg-143, P-616, Fe-3			206

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша ячневая с маслом сливочным	30-78
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-86
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	11-38
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/25	Суп карт. с горохом, мясом	42-76
ЭЦ-26, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, К-50, Са-17, Mg-5, P-9	.050	Салат из свежей капусты	6-24
ЭЦ-326, Б-18, Ж-20, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тфтели с соусом	80-69
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-501, Б-6, Ж-22, У-71, Вит.РР-1, Na-115, К-111, Са-19, Mg-11, P-60, Fe-1	.100	Пирог Сказка	20-45
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-2149, Б-63, Ж-81, У-296, Вит.А-2, Вит.С-29, Вит.РР-7, Na-5094, К-1315, Са-413, Mg-257, P-637, Fe-10			236

родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/7	Каша ячневая с маслом сливочным	19-15
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-86
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	11-38
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-559, Б-14, Ж-15, У-91, Вит.С-2, Na-487, К-292, Са-243, Mg-28, P-181			50

Руководитель

Зав. производством