

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-50, Б-1, Ж-4, У-2, Вит.А-309, Вит.С-2, Na-205, К-102, Са-14, Mg-5, P-10	.032	Икра кабачковая "Веган"	13-46
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-22
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	Котлета мясная	67-67
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-834, Б-35, Ж-36, У-93, Вит.А-310, Вит.С-35, Вит.РР-9, Na-7828, К-314, Са-117, Mg-32, P-123, Fe-2			112
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/15/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	25-29
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-22
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	Биточки мясные	72-84
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-947, Б-39, Ж-44, У-100, Вит.А-2, Вит.С-63, Вит.РР-11, Na-8355, К-558, Са-156, Mg-52, P-195, Fe-3			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	.200/9	Каша манная с маслом сливочным	23-51
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	9-70
ЭЦ-344, Б-7, Ж-6, У-67, Вит.РР-2, Na-257, К-144, Са-21, Mg-14, P-70, Fe-1	.100	Гребешок с повидлом	16-46
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-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-585, К-277, Са-43, Mg-20, P-65, Fe-1	.200/25/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	30-34
ЭЦ-50, Б-1, Ж-4, У-2, Вит.А-309, Вит.С-2, Na-205, К-102, Са-14, Mg-5, P-10	.032	Икра кабачковая "Веган"	13-46
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-22
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	Котлета мясная	67-67
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1857, Б-61, Ж-67, У-254, Вит.А-311, Вит.С-61, Вит.РР-14, Na-9158, К-1084, Са-433, Mg-102, P-477, Fe-5			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	.250/15	Каша манная с маслом сливочным	33-07
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-344, Б-7, Ж-6, У-67, Вит.РР-2, Na-257, К-144, Са-21, Mg-14, P-70, Fe-1	.100	Гребешок с повидлом	16-46
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
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 1кор	26-28
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/25/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	32-38
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-22
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	Биточки мясные	72-84
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1863, Б-58, Ж-67, У-261, Вит.А-13002, Вит.С-106, Вит.РР-16, Na-9205, К-1769, Са-602, Mg-201, P-651, Fe-7			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	.200/12	Каша манная с маслом сливочным	26-31
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	9-70
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-549, Б-15, Ж-16, У-87, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-488, К-349, Са-252, Mg-36, P-219, Fe-1			50

Руководитель

Зав.производством