

Меню Школа № 10

Эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость б питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-506, Б-22, Ж-33, У-30, Вит.А-7, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-77, К-214, Са-246, Mg-38, P-338, Fe-1	.145/24	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	91-93
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.шт./38г	<i>Пирожное Боярушка</i>	14-06
ЭЦ-590, Б-23, Ж-33, У-51, Вит.А-7, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-78, К-239, Са-251, Mg-42, P-346, Fe-2	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
			112
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-163, Б-5, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/12/10	<i>Щи из св.капусты с тушенкой, сметаной</i>	24-34
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	15-61
ЭЦ-344, Б-19, Ж-22, У-20, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2838, К-151, Са-49, Mg-15, P-54, Fe-1	.095/50	<i>Тефтели с соусом</i>	83-04
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-925, Б-36, Ж-41, У-103, Вит.А-2, Вит.С-36, Вит.РР-6, Na-4258, К-813, Са-129, Mg-212, P-371, Fe-9			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	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	22-82
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	16-86
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/21	<i>Бутерброд с сыром</i>	23-86
ЭЦ-163, Б-5, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/20/10	<i>Щи из св.капусты с тушенкой, сметаной</i>	30-46
ЭЦ-506, Б-22, Ж-33, У-30, Вит.А-7, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-77, К-214, Са-246, Mg-38, P-338, Fe-1	.145/24	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	91-93
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.шт./38г	<i>Пирожное Боярушка</i>	14-06
ЭЦ-1352, Б-46, Ж-65, У-144, Вит.А-8, Вит.С-33, Вит.РР-2, Na-1648, К-901, Са-752, Mg-107, P-712, Fe-4	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
			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	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	29-83
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	16-86
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	<i>Бутерброд с сыром</i>	27-91
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	<i>Сок Фруктовый</i>	26-28
ЭЦ-163, Б-5, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/20/10	<i>Щи из св.капусты с тушенкой, сметаной</i>	30-46
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	15-61
ЭЦ-344, Б-19, Ж-22, У-20, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2838, К-151, Са-49, Mg-15, P-54, Fe-1	.095/50	<i>Тефтели с соусом</i>	83-04
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-1687, Б-56, Ж-65, У-220, Вит.А-13002, Вит.С-79, Вит.РР-8, Na-5238, К-1941, Са-811, Mg-360, P-889, Fe-12			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	.200/7	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	19-19
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	7-96
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	22-85
ЭЦ-536, Б-17, Ж-18, У-76, Вит.С-2, Na-827, К-303, Са-396, Mg-41, P-278, Fe-2			50

Руководитель

Зав.производством