Меню Школа № 10

Me	еню Ш	кола № 10	
эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимост ь питания
	1-4	класс	
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806,	.100	Картофельное пюре	13-40
К-509, Са-35, Mg-22, Р-66, Fe-1 ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16,	.080	Капуста тушеная	17-71
(-240, Ca-58, Mg-21, P-41, Fe-1 ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6,	.100/50	Фрикадельки из курицы с соусом	67-48
a-263, K-218, Ca-46, Mg-20, P-151, Fe-1 ⊔-57, Y-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mα-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
рц-54, Б-2, У-11	.2k/62,5z	Хлеб витаминный	5-22
9Ц-558, Б-21, Ж-27, У-58, Вит А-1, Вит.С-72, вит.РР-8, Na-1086, К-992, Ca-144, Mg-67, Р-266, е-4			112
	<u>5-11</u>	класс	
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2,	.250/10	Суп карт. с горохом, цыплекном.	15-27
Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1 ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Ca-35, Mg-22, P-66, Fe-1 ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Ca-72, Mg-26, P-52, Fe-1 ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6,	.100	Картофельное пюре	13-40
	.100	Капуста тушеная	19-44
	.100/50	,	67-48
a-263, K-218, Ca-46, Mg-20, P-151, Fe-1 Ц-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Фрикадельки из курицы с соусом Чай с сахаром, лимоном	8-19
Ц-54, Б-2, У-11	.260/13//	чии с сихиром, лимоном Хлеб витаминный	5-22
Ц-792, Б-31, Ж-39, У-84, Вит.А-2, Вит.С-97, ит.РР-10, Na-1706, K-1421, Ca-189, Mg-93,		7.000 3.000	129
-356, Fe-5	OB3	1-4 класс	
9Ц-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	.31,25/20	Бутерброд с маслом сливочным	25-03
Ц-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, -203, Ca-132, Mg-22, Р-129, Fe-1	.200/9	Каша манная с маслом сливочным	23
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1 ЭЦ-100, Б-3, У-20 ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1 ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, K-509, Ca-35, Mg-22, P-66, Fe-1 ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, K-240, Ca-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-51
	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	11-38
	.250/30	Суп карт. с горохом, цыплекном.	28-08
	.100	Картофельное пюре	13-40
	.080	Капуста тушеная	17-71
Ц-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, a-263, K-218, Ca-46, Mg-20, P-151, Fe-1	.100/50	Фрикадельки из курицы с соусом	67-48
Ц-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
Ц-54, Б-2, У-11 Ц-1401, Б-43, Ж-64, У-165, Вит.А-2, Вит.С-86,	.2K/62,5z	Хлеб витаминный	<u>5-22</u> 206
ит.PP-11, Na-2166, K-1663, Ca-374, Mg-121, -530, Fe-7			200
	<u>OB3 5</u>	<u>-11 класс</u>	
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	.31,25/20	Бутерброд с маслом сливочным	25-03
Ц-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, 203, Ca-132, Mg-22, Р-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	23-19
Ц-86, Б-2, Ж-2, Ў-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Сa-65, g-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-51
Ц-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1um	Йогурт фруктовый	27-45
Ц-231, Б-6, Ж-6, У-38, Вит.PP-1, Na-240, K-80, Ca-15, g-10, P-60, Fe-1	0.095	Булочка Сластена	24-82
Ц-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, a-615, K-368, Ca-31, Mg-21, Р-79, Fe-1	.250/10	Суп карт. с горохом, цыплекном.	15-27
Ц-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, -509, Ca-35, Mg-22, Р-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	13-40
Ц-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, -301, Ca-72, Mg-26, Р-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	19-44
Ц-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, а-263, K-218, Са-46, Mg-20, Р-151, Fe-1	.100/50	Фрикадельки из курицы с соусом	67-48
Ц-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
Ц-54, Б-2, У-11	.2κ/62,5ε	Хлеб витаминный	5-22
DU-1649, Б-51, Ж-75, У-200, Вит.А-2, Вит.С-99, Вит.РР-12, Na-2411, K-1804, Ca-403, Mg-136, P-601, Fe-8			236
	родител	ьская плата	
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, (-203, Ca-132, Mg-22, Р-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	24-22
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Сa-2, Р-3 ЭЦ-497, Б-8, Ж-24, У-62, Вит.С-1, Вит.РР-1,	31,25/18	Бутерброд с маслом сливочным	22-38 50
Na-440, K-230, Ca-139, Mg-26, P-140, Fe-2		Min	30

Руководитель

Зав.производством 🗸