

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
1-4 класс			
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, Р-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	13-40
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, Р-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	17-71
ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-263, К-218, Са-46, Mg-20, Р-151, Fe-1	.100/50	Фрикадельки из курицы с соусом	67-48
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-558, Б-21, Ж-27, У-58, Вит.А-1, Вит.С-72, Вит.РР-8, Na-1086, К-992, Са-144, Mg-67, Р-266, Fe-4			112
5-11 класс			
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, Р-79, Fe-1	.250/10	Суп карт. с горохом, цыплекном.	15-27
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, Р-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	13-40
ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, Р-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	19-44
ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-263, К-218, Са-46, Mg-20, Р-151, Fe-1	.100/50	Фрикадельки из курицы с соусом	67-48
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-792, Б-31, Ж-39, У-84, Вит.А-2, Вит.С-97, Вит.РР-10, Na-1706, К-1421, Са-189, Mg-93, Р-356, Fe-5			129
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/20	Бутерброд с маслом сливочным	25-03
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-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, К-98, Са-65, Mg-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-51
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	11-38
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, Р-79, Fe-1	.250/30	Суп карт. с горохом, цыплекном.	28-08
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, Р-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	13-40
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, Р-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	17-71
ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-263, К-218, Са-46, Mg-20, Р-151, Fe-1	.100/50	Фрикадельки из курицы с соусом	67-48
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-1401, Б-43, Ж-64, У-165, Вит.А-2, Вит.С-86, Вит.РР-11, Na-2166, К-1663, Са-374, Mg-121, Р-530, Fe-7			206
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/20	Бутерброд с маслом сливочным	25-03
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, Р-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	23-19
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	6-51
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	Йогурт фруктовый	27-45
ЭЦ-231, Б-6, Ж-6, У-38, Вит.РР-1, Na-240, К-80, Са-15, Mg-10, Р-60, Fe-1	0.095	Булочка Сладена	24-82
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, Р-79, Fe-1	.250/10	Суп карт. с горохом, цыплекном.	15-27
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, Р-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	13-40
ЭЦ-85, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, Р-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	19-44
ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-263, К-218, Са-46, Mg-20, Р-151, Fe-1	.100/50	Фрикадельки из курицы с соусом	67-48
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	8-19
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-1649, Б-51, Ж-75, У-200, Вит.А-2, Вит.С-99, Вит.РР-12, Na-2411, К-1804, Са-403, Mg-136, Р-601, Fe-8			236
родительская плата			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, Р-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	24-22
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/18	Бутерброд с маслом сливочным	22-38
ЭЦ-497, Б-8, Ж-24, У-62, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-440, К-230, Са-139, Mg-26, Р-140, Fe-2			50

Руководитель

Зав.производством