

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-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	13-01
ЭЦ-445, Б-10, Ж-27, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-2870, К-92, Са-38, Mg-11, P-32, Fe-1	.080/50	Котлета мясная с соусом	66-71
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 Икор	26-28
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108, Са-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Булка формовая	6
ЭЦ-1109, Б-27, Ж-37, У-145, Вит.А-13001, Вит.С-43, Вит.РР-4, Na-3944, К-1212, Са-277, Mg-268, P-501, Fe-9			112
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-7, У-1, Вит.С-3, Na-55, К-77, Са-13, Mg-8, P-13	.030	Нарезка из огурцов конс.	10-79
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	86-49
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	1-95
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/25	Бутерброд с сыром	27-16
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-1021, Б-20, Ж-49, У-94, Вит.А-6, Вит.С-8, Вит.РР-2, Na-330, К-385, Са-194, Mg-83, P-259, Fe-2			129
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-07
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-62
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-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 Икор	26-28
ЭЦ-161, Б-5, Ж-8, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-487, К-388, Са-25, Mg-20, P-56, Fe-1	.200/15	Суп картоф.с мак. изд. тушенкой	20-33
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	13-01
ЭЦ-445, Б-10, Ж-27, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-2870, К-92, Са-38, Mg-11, P-32, Fe-1	.080/50	Котлета мясная с соусом	66-71
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 Икор	26-28
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108, Са-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Булка формовая	6
ЭЦ-1950, Б-48, Ж-68, У-267, Вит.А-26002, Вит.С-98, Вит.РР-7, Na-5084, К-2666, Са-752, Mg-420, P-942, Fe-12			206
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	13-07
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	32-45
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-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 Икор	26-28
ЭЦ-201, Б-6, Ж-10, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-609, К-485, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/18	Суп картоф.с мак. изд. тушенкой	25-50
ЭЦ-7, У-1, Вит.С-3, Na-55, К-77, Са-13, Mg-8, P-13	.030	Нарезка из огурцов конс.	10-79
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	86-49
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	1-95
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/25	Бутерброд с сыром	27-16
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1984, Б-44, Ж-85, У-231, Вит.А-13007, Вит.С-68, Вит.РР-5, Na-1701, К-1972, Са-707, Mg-244, P-738, Fe-5			236

Руководитель

Зав.производством