

13 Сентября 2024 г.

**Меню Школа № 10**

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b><u>1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-524, Б-27, Ж-26, У-44, Вит.А-1, Вит.С-59, Вит.РР-7, Na-72, К-1534, Са-37, Mg-68, P-165, Fe-3	.070/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	89-06
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-63
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1	.050/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	24-31
ЭЦ-801, Б-36, Ж-33, У-88, Вит.А-1, Вит.С-59, Вит.РР-8, Na-473, К-1636, Са-252, Mg-89, P-318, Fe-5			117
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Са-98, Mg-69, P-154, Fe-2	.250/20/10	<i>Рассольник Домашний с цыпл, сметаной</i>	34-47
ЭЦ-329, Б-23, Ж-24, У-5, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-242, К-63, Са-75, Mg-12, P-56	.105	<i>Рыба под сырной корочкой</i>	73-04
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	<i>Рис припущенный с овощами</i>	18-57
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	6-31
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-916, Б-36, Ж-43, У-96, Вит.А-11, Вит.С-38, Вит.РР-4, Na-1724, К-959, Са-197, Mg-121, P-325, Fe-4			135
<b><u>ОВЗ 1-4 клас</u></b>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/9	<i>Каша пшениная с маслом сливочным</i>	24-44
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>	19-33
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	<i>Печенье "Полезный завтрак"</i>	12-18
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	14-38
ЭЦ-178, Б-5, Ж-9, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-3, Na-629, К-619, Са-79, Mg-55, P-123, Fe-2	.200/20/6	<i>Рассольник Домашний с цыпл, сметаной</i>	27-67
ЭЦ-524, Б-27, Ж-26, У-44, Вит.А-1, Вит.С-59, Вит.РР-7, Na-72, К-1534, Са-37, Mg-68, P-165, Fe-3	.070/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	89-06
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-63
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1	.050/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	24-31
ЭЦ-1696, Б-57, Ж-72, У-201, Вит.А-8, Вит.С-88, Вит.РР-11, Na-1590, К-2550, Са-576, Mg-172, P-625, Fe-7			215
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/13	<i>Каша пшениная с маслом сливочным</i>	32-75
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>	19-33
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	<i>Печенье "Полезный завтрак"</i>	12-18
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	20-26
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>	27-48
ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Са-98, Mg-69, P-154, Fe-2	.250/20/10	<i>Рассольник Домашний с цыпл, сметаной</i>	34-47
ЭЦ-329, Б-23, Ж-24, У-5, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-242, К-63, Са-75, Mg-12, P-56	.105	<i>Рыба под сырной корочкой</i>	73-04
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	<i>Рис припущенный с овощами</i>	18-57
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	6-31
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-1807, Б-54, Ж-76, У-225, Вит.А-13011, Вит.С-81, Вит.РР-6, Na-2341, К-2030, Са-673, Mg-253, P-712, Fe-6			247
<b><u>50 родительская плата</u></b>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша пшениная с маслом сливочным</i>	25-33
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	<i>Печенье "Полезный завтрак"</i>	12-18
ЭЦ-118, Б-3, Ж-1, У-23, Na-188, К-43, Са-8, Mg-6, P-30	.040	<i>Булка формовая</i>	2-49
ЭЦ-668, Б-19, Ж-18, У-107, Вит.С-2, Na-675, К-335, Са-251, Mg-34, P-211			50

Руководитель

Зав.производством