

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-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/30	Каша гречневая рассыпчатая с овощной закуской	23-70
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	Тефтели с соусом	80-02
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-785, Б-29, Ж-37, У-85, Вит.А-1, Вит.С-34, Вит.РР-8, Na-4135, К-435, Са-81, Mg-153, P-275, Fe-6			117
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-159, Б-6, 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	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	22-76
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/30	Каша гречневая рассыпчатая с овощной закуской	26-35
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	Тефтели с соусом	80-02
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-1034, Б-37, Ж-51, У-109, Вит.А-2, Вит.С-36, Вит.РР-5, Na-5083, К-821, Са-141, Mg-204, P-374, Fe-8			135
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	28-94
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-27
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/50гр.	Печенье Сормовское	15-98
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/12	Бутерброд с маслом сливочным	16-27
ЭЦ-104, Б-3, Ж-7, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-249, Са-41, Mg-17, P-42, Fe-1	.200/25/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	28-54
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/30	Каша гречневая рассыпчатая с овощной закуской	23-70
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	Тефтели с соусом	80-02
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-1517, Б-44, Ж-70, У-178, Вит.А-2, Вит.С-60, Вит.РР-10, Na-5181, К-977, Са-319, Mg-218, P-533, Fe-9			215
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/10	Каша рисовая с маслом сливочным	33-23
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-27
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/50гр.	Печенье Сормовское	15-98
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/12	Бутерброд с маслом сливочным	15-14
ЭЦ-258, Б-5, Ж-5, У-50, Вит.РР-1, Na-192, К-108, Са-16, Mg-10, P-53, Fe-1	.075	Гребешок с повидлом	11-90
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 1кор	27-48
ЭЦ-159, Б-6, 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	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	22-76
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/30	Каша гречневая рассыпчатая с овощной закуской	26-35
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	Тефтели с соусом	80-02
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-2088, Б-55, Ж-85, У-278, Вит.А-13002, Вит.С-79, Вит.РР-9, Na-5876, К-2011, Са-586, Mg-371, P-863, Fe-13			247
<u>50 родительская плата</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/4	Каша рисовая с маслом сливочным	22-18
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	10
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/50гр.	Печенье Сормовское	15-98
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-84
ЭЦ-612, Б-15, Ж-17, У-101, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-635, К-371, Са-256, Mg-55, P-272, Fe-1			50

Руководитель

Зав.производством