

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
1-4 класс			
ЭЦ-488, Б-16, Ж-42, У-12, Вит.РР-6, Na-1093, К-170, Са-42, Mg-16, P-141, Fe-1	.100/7	Биточек из курицы	65-32
ЭЦ-235, Б-6, Ж-8, У-34, Вит.С-41, Вит.РР-3, Na-1853, К-1084, Са-84, Mg-59, P-173, Fe-2	.200/30	Картофельное пюре с зеленым горошком	35-10
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	13-97
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-884, Б-23, Ж-50, У-86, Вит.С-48, Вит.РР-9, Na-2958, К-1381, Са-134, Mg-79, P-319, Fe-4			117
5-11 класс			
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/25/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	32-27
ЭЦ-703, Б-16, Ж-48, У-7, Вит.С-5, Na-4, К-106, Са-8, Mg-7, P-19	.070/70	Гуляш из птицы	74-18
ЭЦ-310, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	22-31
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1276, Б-27, Ж-69, У-94, Вит.А-2, Вит.С-28, Вит.РР-3, Na-1779, К-630, Са-90, Mg-80, P-234, Fe-4			135
ОВЗ 1-4 класс			
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	25-33
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	19-33
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	14-38
	.1шт./38г	Пирожное Боярушка	14-06
ЭЦ-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-802, К-313, Са-45, Mg-23, P-70, Fe-1	.200/20/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	24-90
ЭЦ-488, Б-16, Ж-42, У-12, Вит.РР-6, Na-1093, К-170, Са-42, Mg-16, P-141, Fe-1	.100/7	Биточек из курицы	65-32
ЭЦ-235, Б-6, Ж-8, У-34, Вит.С-41, Вит.РР-3, Na-1853, К-1084, Са-84, Mg-59, P-173, Fe-2	.200/30	Картофельное пюре с зеленым горошком	35-10
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	13-97
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-1644, Б-40, Ж-89, У-172, Вит.А-1, Вит.С-67, Вит.РР-11, Na-4248, К-1989, Са-424, Mg-130, P-573, Fe-5			215
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша пшеничная с маслом сливочным	34-61
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	19-33
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/12	Бутерброд с маслом сливочным	16-52
	.1шт./38г	Пирожное Боярушка	14-06
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-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/25/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	32-27
ЭЦ-703, Б-16, Ж-48, У-7, Вит.С-5, Na-4, К-106, Са-8, Mg-7, P-19	.070/70	Гуляш из птицы	74-18
ЭЦ-310, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	22-31
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-2067, Б-42, Ж-102, У-203, Вит.А-13002, Вит.С-71, Вит.РР-5, Na-2396, К-1701, Са-566, Mg-212, P-621, Fe-6			247
50 родительская плата			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/11	Каша пшеничная с маслом сливочным	25-65
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	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	12-51
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-84
ЭЦ-639, Б-18, Ж-18, У-102, Вит.С-2, Na-628, К-324, Са-249, Mg-32, P-203			50

Руководитель

Зав.производством