

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
1-4 класс			
ЭЦ-703, Б-16, Ж-48, У-7, Вит.С-5, Na-4, К-106, Са-8, Mg-7, P-19	.070/70	Гуляш	70-57
ЭЦ-285, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.С-8, Вит.РР-2, Na-586, К-359, Са-25, Mg-149, P-223, Fe-5	.150/40	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. помидоров	28-84
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	14-98
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1149, Б-26, Ж-55, У-93, Вит.С-20, Вит.РР-2, Na-602, К-592, Са-41, Mg-160, P-247, Fe-6			117
5-11 класс			
ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, К-100, Са-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	12-01
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/20/10	Суп из овощей с филе цыплен. сметан	29-22
ЭЦ-1098, Б-73, Ж-85, У-10, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-30, Na-590, К-807, Са-79, Mg-79, P-663, Fe-7	.100	Колбаски витаминные	69-39
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	18-14
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-1747, Б-92, Ж-108, У-102, Вит.А-4, Вит.В2-1, Вит.С-40, Вит.РР-34, Na-2154, К-1687, Са-182, Mg-293, P-1040, Fe-15			135
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/5	Каша манная с маслом сливочным	22-04
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	20-69
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	22-06
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/25гр.	Печенье Кременкульское	12-51
ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-65, К-343, Са-32, Mg-22, P-74, Fe-1	.200/10/10	Суп из овощей с филе цыплен. сметан	20-70
ЭЦ-703, Б-16, Ж-48, У-7, Вит.С-5, Na-4, К-106, Са-8, Mg-7, P-19	.070/70	Гуляш	70-57
ЭЦ-285, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.С-8, Вит.РР-2, Na-586, К-359, Са-25, Mg-149, P-223, Fe-5	.150/40	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. помидоров	28-84
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	14-98
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1979, Б-47, Ж-87, У-207, Вит.А-1, Вит.С-41, Вит.РР-5, Na-1301, К-1319, Са-332, Mg-222, P-564, Fe-8			215
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-254, Са-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/5	Каша манная с маслом сливочным	29-26
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	20-69
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	22-06
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/25гр.	Печенье Кременкульское	12-51
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	27-48
ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, К-100, Са-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	12-01
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/20/10	Суп из овощей с филе цыплен. сметан	29-22
ЭЦ-1098, Б-73, Ж-85, У-10, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-30, Na-590, К-807, Са-79, Mg-79, P-663, Fe-7	.100	Колбаски витаминные	69-39
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	18-14
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-2602, Б-110, Ж-134, У-239, Вит.А-13004, Вит.В2-1, Вит.С-83, Вит.РР-37, Na-2918, К-2862, Са-674, Mg-439, P-1495, Fe-18			247
50 родительская плата			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/8	Каша манная с маслом сливочным	26-70
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	8-95
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/25гр.	Печенье Кременкульское	12-51
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-84
ЭЦ-575, Б-14, Ж-15, У-96, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-605, К-333, Са-203, Mg-37, P-204, Fe-2			50

Руководитель
Зав. производством