

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-411, Б-21, Ж-20, У-35, Вит.С-46, Вит.РР-5, Na-57, К-1206, Са-29, Mg-53, P-130, Fe-2	.055/150	Жаркое по-домашнему	86-91
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	27-48
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-530, Б-22, Ж-20, У-64, Вит.А-13000, Вит.С-86, Вит.РР-7, Na-77, К-1946, Са-229, Mg-153, P-310, Fe-4			117
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-8, Б-1, У-1, Вит.С-3, Na-64, К-90, Са-15, Mg-9, P-15	.035	Нарезка из огурцов конс.	12-83
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	101-15
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-35
	.1шт./38г	Пирожное Боярушка	14-06
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1045, Б-19, Ж-54, У-87, Вит.А-7, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-96, К-397, Са-75, Mg-87, P-201, Fe-3			135
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом	35-39
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	11-14
ЭЦ-291, Б-8, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-304, К-100, Са-20, Mg-12, P-76, Fe-1	0.120	Булочка Сладкая	23-72
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	25-14
ЭЦ-411, Б-21, Ж-20, У-35, Вит.С-46, Вит.РР-5, Na-57, К-1206, Са-29, Mg-53, P-130, Fe-2	.055/150	Жаркое по-домашнему	86-91
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	27-48
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1402, Б-46, Ж-48, У-194, Вит.А-13001, Вит.С-102, Вит.РР-10, Na-1370, К-2789, Са-536, Mg-221, P-661, Fe-7			215
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, Na-587, К-302, Са-252, Mg-29, P-188	.250/14	Каша ячневая с маслом	47-08
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	11-14
ЭЦ-291, Б-8, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-304, К-100, Са-20, Mg-12, P-76, Fe-1	0.120	Булочка Сладкая	23-72
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	27-45
ЭЦ-8, Б-1, У-1, Вит.С-3, Na-64, К-90, Са-15, Mg-9, P-15	.035	Нарезка из огурцов конс.	12-83
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	101-15
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-35
	.1шт./38г	Пирожное Боярушка	14-06
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-2034, Б-47, Ж-87, У-232, Вит.А-8, Вит.С-30, Вит.РР-5, Na-1629, К-1402, Са-438, Mg-166, P-607, Fe-6			247

Руководитель

Зав. производством

