

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-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, Na-463, K-243, Ca-127, Mg-22, P-284, Fe-3	.177/9	<i>Омлет натуральный с маслом сливочным</i>	76-80
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-95
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	<i>Бутерброд с сыром</i>	31-25
ЭЦ-532, Б-27, Ж-30, У-39, Вит.В2-1, Вит.С-2, Na-853, K-401, Ca-400, Mg-49, P-471, Fe-5			117
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-10, У-11, Вит.С-24, Na-206, K-205, Ca-39, Mg-17, P-33, Fe-1	.100	<i>Салат из свежей капусты с вареной свеклой</i>	10-53
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, K-513, Ca-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/10	<i>Рассольник Ленин. мясом, сметаной</i>	34-12
ЭЦ-269, Б-14, Ж-18, У-13, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-951, K-97, Ca-39, Mg-9, P-51, Fe-1	.080/50	<i>Зразы рубленые с соусом</i>	65-92
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, K-327, Ca-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	18-19
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-63
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-977, Б-30, Ж-44, У-116, Вит.А-1, Вит.С-45, Вит.РР-5, Na-2882, K-1167, Ca-149, Mg-231, P-433, Fe-10			135
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/13	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	37-86
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-68
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/50гр.	<i>Печенье Сормовское</i>	15-98
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, K-411, Ca-33, Mg-23, P-67, Fe-1	.200/10/10	<i>Рассольник Ленин. мясом, сметан</i>	30-87
ЭЦ-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, Na-463, K-243, Ca-127, Mg-22, P-284, Fe-3	.177/9	<i>Омлет натуральный с маслом сливочным</i>	76-80
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-95
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	<i>Бутерброд с сыром</i>	31-25
ЭЦ-1204, Б-43, Ж-52, У-142, Вит.А-1, Вит.В2-1, Вит.С-18, Вит.РР-2, Na-2166, K-1151, Ca-683, Mg-123, P-788, Fe-7			215
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, K-242, Ca-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/15	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	46-13
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-68
ЭЦ-274, Б-7, Ж-7, У-45, Вит.РР-1, Na-298, K-96, Ca-19, Mg-12, P-73, Fe-1	.115	<i>Ватрушка с творогом</i>	33-99
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/50гр.	<i>Печенье Сормовское</i>	15-98
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	5-22
ЭЦ-139, Б-1, Ж-10, У-11, Вит.С-24, Na-206, K-205, Ca-39, Mg-17, P-33, Fe-1	.100	<i>Салат из свежей капусты с вареной свеклой</i>	10-53
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, K-513, Ca-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/10	<i>Рассольник Ленин. мясом, сметаной</i>	34-12
ЭЦ-269, Б-14, Ж-18, У-13, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-951, K-97, Ca-39, Mg-9, P-51, Fe-1	.080/50	<i>Зразы рубленые с соусом</i>	65-92
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, K-327, Ca-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	18-19
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-63
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-1905, Б-53, Ж-70, У-265, Вит.А-1, Вит.С-48, Вит.РР-7, Na-3784, K-1651, Ca-450, Mg-303, P-796, Fe-12			247
<u>50 родительская плата</u>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	29-70
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-63
ЭЦ-27, Б-1, У-6	1шт./38г	<i>Пирожное Боярушка</i>	14-06
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-413, Б-10, Ж-13, У-65, Вит.С-1, Na-438, K-171, Ca-128, Mg-18, P-99, Fe-1			50

Руководитель

Зав. производством
