

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-111, Б-1, Ж-8, У-9, Вит.С-19, Na-165, K-164, Ca-31, Mg-13, P-26, Fe-1	.080	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	9-59
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, K-109, Ca-44, Mg-10, P-57, Fe-1	.060/50	Зразы рубленные с соусом	77-59
ЭЦ-297, Б-10, Ж-7, У-47, Вит.РР-2, Na-622, K-290, Ca-22, Mg-153, P-229, Fe-5	.160	Каша гречневая рассыпчатая	16-17
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-771, Б-28, Ж-35, У-86, Вит.С-51, Вит.РР-8, Na-1857, K-563, Ca-97, Mg-176, P-312, Fe-7			117
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, K-100, Ca-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	11-86
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш из свинины	79-72
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, K-327, Ca-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	18-19
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-133, Б-34, K-1, Ca-5, Mg-2, P-2	.1шт	Конфеты "Белоснежка"	18-99
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1106, Б-58, Ж-45, У-85, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-1486, K-529, Ca-74, Mg-193, P-300, Fe-7			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	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	33-92
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-95
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	25-53
ЭЦ-139, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-1, Na-54, K-314, Ca-29, Mg-19, P-50, Fe-1	.200/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	29-60
ЭЦ-111, Б-1, Ж-8, У-9, Вит.С-19, Na-165, K-164, Ca-31, Mg-13, P-26, Fe-1	.080	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	9-59
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, K-109, Ca-44, Mg-10, P-57, Fe-1	.090/50	Зразы рубленные с соусом	77-59
ЭЦ-297, Б-10, Ж-7, У-47, Вит.РР-2, Na-622, K-290, Ca-22, Mg-153, P-229, Fe-5	.160	Каша гречневая рассыпчатая	16-17
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1466, Б-49, Ж-64, У-175, Вит.А-1, Вит.С-72, Вит.РР-10, Na-2745, K-1228, Ca-529, Mg-259, P-709, Fe-11			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	.250/14	Каша рисовая с маслом сливочным	44-70
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-95
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	25-53
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, K-393, Ca-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	32-82
ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, K-100, Ca-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	11-86
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш из свинины	79-72
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, K-327, Ca-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	18-19
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-133, Б-34, K-1, Ca-5, Mg-2, P-2	.1шт	Конфеты "Белоснежка"	18-99
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1912, Б-81, Ж-79, У-186, Вит.А-2, Вит.С-46, Вит.РР-5, Na-2498, K-1322, Ca-546, Mg-290, P-750, Fe-11			247
<u>60 родительская плата</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	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	33-92
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-348, Б-33, Ж-6, У-41, Вит.РР-1, Na-276, K-84, Ca-20, Mg-12, P-64, Fe-1	.083	Пирог Дружная семейка	19-84
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-735, Б-40, Ж-18, У-105, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-721, K-302, Ca-155, Mg-53, P-232, Fe-3			60

Руководитель

Зав. производством