

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-256, Б-14, Ж-21, У-5, Вит.РР-6, Na-1224, К-169, Са-35, Mg-15, P-141, Fe-1	.050/50	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	64-13
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2752, К-141, Са-49, Mg-18, P-75, Fe-2	.200/30	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	35-25
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	15-01
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-702, Б-22, Ж-28, У-93, Вит.С-9, Вит.РР-7, Na-3988, К-437, Са-92, Mg-37, P-221, Fe-4			117
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	33-93
ЭЦ-256, Б-14, Ж-21, У-5, Вит.РР-6, Na-1224, К-169, Са-35, Mg-15, P-141, Fe-1	.050/50	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	64-13
ЭЦ-125, Б-3, Ж-4, У-18, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-968, К-611, Са-42, Mg-27, P-79, Fe-1	.120	Картофельное пюре	15-55
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	15-15
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-684, Б-23, Ж-35, У-71, Вит.А-1, Вит.С-91, Вит.РР-9, Na-3233, К-1558, Са-181, Mg-96, P-352, Fe-5			135
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
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	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	29-90
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	10-68
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	25-53
ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-411, Са-33, Mg-23, P-67, Fe-1	.200/10/10	Рассольник Ленин. мясом, сметан	31-89
ЭЦ-256, Б-14, Ж-21, У-5, Вит.РР-6, Na-1224, К-169, Са-35, Mg-15, P-141, Fe-1	.050/50	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	64-13
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2752, К-141, Са-49, Mg-18, P-75, Fe-2	.200/30	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	35-25
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	15-01
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1412, Б-43, Ж-56, У-187, Вит.А-1, Вит.С-25, Вит.РР-9, Na-5659, К-1257, Са-585, Mg-112, P-641, Fe-7			215
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
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	.250/15	Каша манная с маслом сливочным	41-19
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	10-68
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20/	Бутерброд с сыром и маслом сл.	46-07
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.шт./38г	Пирожное Боярушка	14-06
ЭЦ-256, Б-14, Ж-21, У-5, Вит.РР-6, Na-1224, К-169, Са-35, Mg-15, P-141, Fe-1	.050/50	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	64-13
ЭЦ-125, Б-3, Ж-4, У-18, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-968, К-611, Са-42, Mg-27, P-79, Fe-1	.120	Картофельное пюре	15-55
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	15-15
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-1348, Б-44, Ж-60, У-161, Вит.А-1, Вит.С-94, Вит.РР-10, Na-4195, К-2018, Са-674, Mg-154, P-737, Fe-7			247
<u>60 родительская плата</u>			
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	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	29-90
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	10-68
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	19-42
ЭЦ-561, Б-12, Ж-28, У-67, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-489, К-351, Са-254, Mg-36, P-222, Fe-1			60-00

Руководитель

Зав. производством