

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, K-60, Ca-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	7-75
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1189, K-121, Ca-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/50	Зразы рубленые с соусом	79-48
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, K-272, Ca-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	15-16
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-707, Б-29, Ж-31, У-79, Вит.С-42, Вит.РР-7, Na-2241, K-453, Ca-89, Mg-160, P-289, Fe-6			117
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/15	Суп карт. с горохом, цыпленком.	19-86
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, K-77, Ca-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/25	Макаронные изделия отварные с овощной закуской	30-90
ЭЦ-176, Б-12, Ж-11, У-7, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1240, K-15, Ca-15, Mg-2, P-8	.080	Котлета мясная	60-49
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из сливы	21-14
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-807, Б-28, Ж-28, У-113, Вит.А-1, Вит.С-20, Вит.РР-5, Na-4308, K-587, Ca-90, Mg-38, P-151, Fe-3			135
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, P-90	.031,25/16	Бутерброд с сыром	19-42
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/7	Каша манная с маслом сливочным	24-68
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-68
ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-194, K-63, Ca-12, Mg-8, P-48, Fe-1	.075	Ватрушка с творогом	23-47
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, K-32, Ca-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-86
ЭЦ-174, Б-7, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-492, K-294, Ca-25, Mg-17, P-63, Fe-1	.200/15	Суп карт. с горохом, цыпленком.	17-89
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, K-60, Ca-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	7-75
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1189, K-121, Ca-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/50	Зразы рубленые с соусом	79-48
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, K-272, Ca-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	15-16
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1706, Б-59, Ж-66, У-224, Вит.А-1, Вит.С-53, Вит.РР-11, Na-3804, K-1239, Ca-514, Mg-235, P-731, Fe-9			215
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, P-90	.031,25/15	Бутерброд с сыром	18-61
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-203, Ca-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, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-68
ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-194, K-63, Ca-12, Mg-8, P-48, Fe-1	.075	Ватрушка с творогом	23-47
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, K-32, Ca-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-86
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	27-48
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/15	Суп карт. с горохом, цыпленком.	19-86
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, K-77, Ca-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/25	Макаронные изделия отварные с овощной закуской	30-90
ЭЦ-176, Б-12, Ж-11, У-7, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1240, K-15, Ca-15, Mg-2, P-8	.080	Котлета мясная	60-49
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из сливы	21-14
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1724, Б-51, Ж-54, У-263, Вит.А-13001, Вит.С-62, Вит.РР-9, Na-5399, K-1819, Ca-690, Mg-196, P-710, Fe-7			247
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, P-90	.031,25/16	Бутерброд с сыром	19-42
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-203, Ca-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, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-68
ЭЦ-558, Б-16, Ж-20, У-79, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-736, K-397, Ca-382, Mg-46, P-309, Fe-1			60

Руководитель

Зав. производством