

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

1-4 класс

ЭЦ-313, Б-21, Ж-23, У-5, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-230, К-80, Са-72, Mg-12, P-54	.100	<i>Рыба под сырной корочкой</i>	85-60
ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, К-81, Са-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150	<i>Рис припущенный с овощами</i>	18-11
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-68
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-694, Б-30, Ж-34, У-70, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-859, К-287, Са-208, Mg-56, P-233, Fe-1			117

5-11 класс

ЭЦ-100, Ж-10, У-1, Вит.С-4, Na-205, К-59, Са-12, Mg-6, P-18	.052	<i>Салат из свежих огурцов</i>	27-92
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, К-545, Са-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/10/10	<i>Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной</i>	25-77
ЭЦ-140, Б-10, Ж-15, У-9	.070	<i>Котлета Дружба</i>	51-75
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	<i>Картофельное пюре</i>	23-32
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-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-701, Б-21, Ж-43, У-75, Вит.А-1, Вит.С-52, Вит.РР-4, Na-2692, К-1546, Са-124, Mg-82, P-255, Fe-4			135

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/15	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	37-86
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-95
ЭЦ-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-332, К-102, Са-24, Mg-14, P-77, Fe-1	.100	<i>Пирог Дружная семейка</i>	24-24
ЭЦ-176, Б-5, Ж-2, У-35, Вит.РР-1, Na-283, К-65, Са-12, Mg-8, P-44, Fe-1	.060	<i>Булка формовая</i>	3-72
ЭЦ-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, Na-828, К-436, Са-35, Mg-25, P-88, Fe-1	.200/10/10	<i>Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной</i>	23-23
ЭЦ-313, Б-21, Ж-23, У-5, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-230, К-80, Са-72, Mg-12, P-54	.100	<i>Рыба под сырной корочкой</i>	85-60
ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, К-81, Са-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150	<i>Рис припущенный с овощами</i>	18-11
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-68
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-1856, Б-89, Ж-66, У-229, Вит.А-2, Вит.С-20, Вит.РР-5, Na-2765, К-1134, Са-467, Mg-128, P-586, Fe-5			215

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<i>Яйцо отварное</i>	20-80
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	33-99
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-63
ЭЦ-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-332, К-102, Са-24, Mg-14, P-77, Fe-1	.100	<i>Пирог Дружная семейка</i>	24-24
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	<i>Булка формовая</i>	1-86
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	<i>Сок Фруктовый</i>	27-48
ЭЦ-100, Ж-10, У-1, Вит.С-4, Na-205, К-59, Са-12, Mg-6, P-18	.052	<i>Салат из свежих огурцов</i>	27-92
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, К-545, Са-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/10/10	<i>Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной</i>	25-77
ЭЦ-140, Б-10, Ж-15, У-9	.070	<i>Котлета Дружба</i>	51-75
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	<i>Картофельное пюре</i>	23-32
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-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-1834, Б-78, Ж-72, У-235, Вит.А-13001, Вит.С-94, Вит.РР-7, Na-3788, К-2686, Са-536, Mg-227, P-737, Fe-9			247

60 родительская плата

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	29-72
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-63
ЭЦ-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-332, К-102, Са-24, Mg-14, P-77, Fe-1	.100	<i>Пирог Дружная семейка</i>	24-79
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	<i>Булка формовая</i>	1-86
ЭЦ-893, Б-50, Ж-21, У-126, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-911, К-305, Са-158, Mg-36, P-198, Fe-2			60

Руководитель
Зав.производством