

Меню Школьна № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Мг-6, Р-11	.060	Салат из свежей капусты	7-75
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Мг-61, Р-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	92-94
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Мг-21, Р-29, Fe-1	.200	Компот из урюка	14-07
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Мг-4, Р-20	.1к/31,25с	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-1023, Б-18, Ж-47, У-103, Вит.А-7, Вит.С-15, Вит.РР-3, На-655, К-359, Са-104, Мг-92, Р-208, Fe-2			117

5-11 класс

ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, На-575, К-248, Са-40, Мг-17, Р-41, Fe-1	.200/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	27-26
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-43, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-2477, К-127, Са-44, Мг-16, Р-68, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	29-99
ЭЦ-423, Б-9, Ж-28, У-8, Вит.С-1, На-2944, К-18, Са-32, Мг-3, Р-12	.095	Шницель мясной	71-88
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Мг-4, Р-20	.1к/31,25с	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-938, Б-23, Ж-43, У-88, Вит.А-1, Вит.С-27, Вит.РР-2, На-6153, К-447, Са-127, Мг-44, Р-149, Fe-3			135

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/5	Каша пшеничная с маслом сливочным	22-56
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Мг-14, Р-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-68
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Мг-16, Р-134, Fe-1	.31,25/17	Бутерброд с сыром	21-60
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пирожное Тими	17-92
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, На-575, К-248, Са-40, Мг-17, Р-41, Fe-1	.200/10/6	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	25-24
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Мг-6, Р-11	.060	Салат из свежей капусты	7-75
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Мг-61, Р-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	92-94
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Мг-21, Р-29, Fe-1	.200	Компот из урюка	14-07
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Мг-4, Р-20	.1к/31,25с	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-1867, Б-47, Ж-79, У-213, Вит.А-8, Вит.С-41, Вит.РР-4, На-2081, К-959, Са-595, Мг-153, Р-564, Fe-4			215

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, На-546, К-182, Са-154, Мг-18, Р-114	.250/9	Каша пшеничная с маслом сливочным	32-06
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Мг-14, Р-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-68
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Мг-16, Р-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	23-86
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пирожное Тими	17-92
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-740, Са-200, Мг-100, Р-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	27-48
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, На-575, К-248, Са-40, Мг-17, Р-41, Fe-1	.200/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	27-26
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-43, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-2477, К-127, Са-44, Мг-16, Р-68, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	29-99
ЭЦ-423, Б-9, Ж-28, У-8, Вит.С-1, На-2944, К-18, Са-32, Мг-3, Р-12	.095	Шницель мясной	71-88
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Мг-4, Р-20	.1к/31,25с	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-1829, Б-49, Ж-69, У-225, Вит.А-13001, Вит.С-70, Вит.РР-4, На-7133, К-1575, Са-809, Мг-192, Р-667, Fe-6			247

60 родительская плата

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	36-59
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пирожное Тими	17-92
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, На-141, К-32, Са-6, Мг-4, Р-22	.030	Булка формовая	1-86
ЭЦ-574, Б-14, Ж-14, У-97, Вит.С-1, На-579, К-203, Са-134, Мг-22, Р-121, Fe-1			60

Руководитель

Зав.производством