

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

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	Картофельное пюре	23-32
ЭЦ-243, Б-30, Ж-12, У-4, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-1453, К-59, Са-21, Mg-7, P-15	.080/50	Рыба припущенная с овощами	84-76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	6-31
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-514, Б-35, Ж-19, У-51, Вит.А-1, Вит.С-33, Вит.РР-2, Na-2905, К-1001, Са-90, Mg-51, P-142, Fe-3			117

5-11 класс

ЭЦ-199, Б-7, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1023, К-512, Са-40, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленингр. с мясом, сметан	32-75
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	20-66
ЭЦ-276, Б-20, Ж-17, У-11, Вит.С-2, Na-9, К-44, Са-16, Mg-4, P-20	.100	Шницель рыбный натуральный	75-35
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-818, Б-35, Ж-34, У-94, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-3, Na-3474, К-660, Са-97, Mg-48, P-172, Fe-3			135

ОВЗ 1-4 класс

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	.200/6	Каша манная с маслом сливочным	23-59
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	17-91
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	17-92
ЭЦ-159, Б-5, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-410, Са-32, Mg-23, P-66, Fe-1	.200/10/6	Рассольник Ленингр. с мясом, сметан	27-90
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	Картофельное пюре	23-32
ЭЦ-243, Б-30, Ж-12, У-4, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-1453, К-59, Са-21, Mg-7, P-15	.080/50	Рыба припущенная с овощами	84-76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	6-31
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1334, Б-55, Ж-56, У-152, Вит.А-2, Вит.С-49, Вит.РР-4, Na-4213, К-1762, Са-376, Mg-110, P-430, Fe-5			215

ОВЗ 5-11 класс

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	.250/10	Каша манная с маслом сливочным	33-54
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	.31,25/13	Бутерброд с маслом сливочным	22-38
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	17-92
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	Сок Фруктовый Икор	27-48
ЭЦ-199, Б-7, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1023, К-512, Са-40, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленингр. с мясом, сметан	32-75
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	20-66
ЭЦ-276, Б-20, Ж-17, У-11, Вит.С-2, Na-9, К-44, Са-16, Mg-4, P-20	.100	Шницель рыбный натуральный	75-35
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-1646, Б-52, Ж-65, У-214, Вит.А-13001, Вит.С-62, Вит.РР-6, Na-4093, К-1802, Са-584, Mg-190, P-606, Fe-6			247

60 родительская плата

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	.31,25/11	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

Руководитель
Зав.производством

