

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	29-54
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	20-91
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1 кус./12	Бутерброд с маслом шоколадным	21-31
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, На-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	30-24
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	12-53
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	101-03
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-86
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1814, Б-39, Ж-83, У-196, Вит.А-9, Вит.С-42, Вит.РР-4, На-1722, К-947, Са-396, Mg-150, P-460, Fe-4			225

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, На-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/12	Каша пшеничная с маслом сливочным	36-09
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	20-91
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1 кус./20	Бутерброд с маслом шоколадным	33-52
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	27-48
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	30-84
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	12-53
ЭЦ-271, Б-15, Ж-17, У-15, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-2241, К-119, Са-39, Mg-12, P-43, Fe-1	.075/50	Тфтели с соусом	70
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	18-19
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-86
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1672, Б-51, Ж-59, У-235, Вит.А-13003, Вит.С-88, Вит.РР-8, На-4905, К-1949, Са-646, Mg-368, P-796, Fe-11			259

1-4 класс

ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	12-53
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	Плов по - узбекски	101-03
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-86
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1182, Б-21, Ж-56, У-114, Вит.А-8, Вит.С-16, Вит.РР-3, На-660, К-406, Са-113, Mg-105, P-238, Fe-3			123

5-11 класс

ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	30-84
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	12-53
ЭЦ-271, Б-15, Ж-17, У-15, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-2241, К-119, Са-39, Mg-12, P-43, Fe-1	.075/50	Тфтели с соусом	70
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	18-19
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-86
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-993, Б-36, Ж-38, У-126, Вит.А-3, Вит.С-45, Вит.РР-6, На-4289, К-880, Са-172, Mg-236, P-412, Fe-9			141

60 родительская плата

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	29-54
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./22	Бутерброд с сыром	26-83
ЭЦ-553, Б-17, Ж-19, У-78, Вит.С-1, На-802, К-231, Са-336, Mg-34, P-233, Fe-2			60

Руководитель

Зав.производством