

Меню Школа № 10

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

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	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	29-22
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	20-01
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	18-70
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	31-06
ЭЦ-274, Б-33, Ж-13, У-5, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-1635, К-66, Са-24, Mg-8, P-17	.090/50	Рыба припущенная с овощами	93-74
ЭЦ-233, Б-6, Ж-5, У-40, Вит.РР-1, Na-2197, К-71, Са-32, Mg-10, P-55, Fe-1	.162	Макаронные изделия отварные	17-84
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	8-41
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
			225

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	.250/12	Каша манная с маслом сливочным	36-09
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	20-01
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	18-70
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20/	Бутерброд с сыром и маслом сл.	40-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	34-41
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	21-01
ЭЦ-257, Б-18, Ж-19, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, Na-189, К-49, Са-59, Mg-9, P-44	.082	Рыба под сырной корочкой	75-93
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
			259

1-4 класс

ЭЦ-274, Б-33, Ж-13, У-5, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-1635, К-66, Са-24, Mg-8, P-17	.090/50	Рыба припущенная с овощами	93-74
ЭЦ-233, Б-6, Ж-5, У-40, Вит.РР-1, Na-2197, К-71, Са-32, Mg-10, P-55, Fe-1	.162	Макаронные изделия отварные	17-84
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	8-41
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
			123

5-11 класс

ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	34-41
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	21-01
ЭЦ-257, Б-18, Ж-19, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, Na-189, К-49, Са-59, Mg-9, P-44	.082	Рыба под сырной корочкой	75-93
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
			141

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	.200/11	Каша манная с маслом сливочным	30-96
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	10-34
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	18-70
ЭЦ-522, Б-14, Ж-16, У-81, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-488, К-349, Са-252, Mg-36, P-219, Fe-1			60

Руководитель

Зав. производством