

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/23	Бутерброд с сыром	28-23
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	33-23
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Ca-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	28-24
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Ca-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	8-50
ЭЦ-307, Б-17, Ж-25, У-6, Вит.РР-7, Na-1469, К-202, Ca-42, Mg-18, P-169, Fe-2	.060/60	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	81-27
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Ca-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	15-16
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	15-06
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1536, Б-49, Ж-57, У-207, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-11, Na-3835, К-1343, Ca-453, Mg-250, P-774, Fe-12			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/23	Бутерброд с сыром	28-23
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Ca-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/12	Каша рисовая с маслом сливочным	39-96
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый Икор	27-48
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пирожное Тими	18-70
ЭЦ-34, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-10, Na-508, К-65, Ca-22, Mg-7, P-12	.065	Салат из свежей капусты	9-18
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Ca-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	30-90
ЭЦ-403, Б-18, Ж-31, У-14, Вит.РР-7, Na-122, К-183, Ca-18, Mg-17, P-155, Fe-2	.100	Биточки из филе цыпленка бр.	67-68
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-1019, Ca-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	26-60
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-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	3-01
ЭЦ-1688, Б-48, Ж-67, У-219, Вит.А-13001, Вит.С-104, Вит.РР-14, Na-3799, К-2864, Ca-717, Mg-266, P-918, Fe-11			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Ca-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	8-50
ЭЦ-307, Б-17, Ж-25, У-6, Вит.РР-7, Na-1469, К-202, Ca-42, Mg-18, P-169, Fe-2	.060/60	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	81-27
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Ca-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	15-16
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	15-06
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-778, Б-28, Ж-34, У-93, Вит.С-16, Вит.РР-8, Na-2533, К-661, Ca-90, Mg-171, P-400, Fe-8			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-34, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-10, Na-508, К-65, Ca-22, Mg-7, P-12	.065	Салат из свежей капусты	9-18
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Ca-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	30-90
ЭЦ-403, Б-18, Ж-31, У-14, Вит.РР-7, Na-122, К-183, Ca-18, Mg-17, P-155, Fe-2	.100	Биточки из филе цыпленка бр.	67-68
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-1019, Ca-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	26-60
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-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	3-01
ЭЦ-893, Б-30, Ж-46, У-89, Вит.А-1, Вит.С-62, Вит.РР-11, Na-2860, К-1797, Ca-142, Mg-100, P-396, Fe-6			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/14	Каша рисовая с маслом сливочным	39-10
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-34
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Ca-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-89
ЭЦ-613, Б-15, Ж-17, У-101, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-635, К-371, Ca-256, Mg-55, P-272, Fe-1			60

Руководитель

Зав. производством