

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/9	Каша ячневая с маслом сливочным	26-94
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-60
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Ca-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	Бутерброд с сыром	23-62
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	27-48
ЭЦ-105, Б-2, Ж-7, У-9, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-970, К-325, Ca-32, Mg-20, P-49, Fe-1	.200/10	Суп из овощей со сметаной	15-36
ЭЦ-16, Ж-1, У-2, Вит.С-5, Na-234, К-30, Ca-10, Mg-3, P-5	.030	Салат из свежей капусты	4-22
ЭЦ-297, Б-10, Ж-7, У-47, Вит.РР-2, Na-622, К-290, Ca-22, Mg-153, P-229, Fe-5	.160	Каша гречневая рассыпчатая	16-17
ЭЦ-344, Б-19, Ж-22, У-20, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2838, К-151, Ca-49, Mg-15, P-54, Fe-1	.095/50	Тфтели с соусом	88-03
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1467, Б-47, Ж-53, У-200, Вит.А-13002, Вит.С-95, Вит.РР-12, Na-5551, К-1856, Ca-637, Mg-330, P-771, Fe-10			225

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Ca-154, Mg-18, P-114	.250/12	Каша ячневая с маслом сливочным	34-08
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-60
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Ca-130, Mg-10, P-90	.031,25/25	Бутерброд с сыром	29-14
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	27-48
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/30гр.	Пирожное Тими	18-70
ЭЦ-37, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, Na-547, К-70, Ca-23, Mg-7, P-13	.070	Салат из свежей капусты	9-85
ЭЦ-131, Б-2, Ж-8, У-12, Вит.А-2, Вит.С-18, Вит.РР-1, Na-1212, К-407, Ca-40, Mg-26, P-61, Fe-1	.250/10	Суп из овощей со сметаной	17-57
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Ca-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	20-95
ЭЦ-336, Б-18, Ж-21, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2779, К-148, Ca-48, Mg-15, P-53, Fe-1	.093/50	Тфтели с соусом	86-42
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1682, Б-47, Ж-58, У-240, Вит.А-13004, Вит.С-80, Вит.РР-7, Na-6229, К-1843, Ca-690, Mg-231, P-699, Fe-7			259

1-4 класс

ЭЦ-16, Ж-1, У-2, Вит.С-5, Na-234, К-30, Ca-10, Mg-3, P-5	.030	Салат из свежей капусты	4-22
ЭЦ-297, Б-10, Ж-7, У-47, Вит.РР-2, Na-622, К-290, Ca-22, Mg-153, P-229, Fe-5	.160	Каша гречневая рассыпчатая	16-17
ЭЦ-344, Б-19, Ж-22, У-20, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2838, К-151, Ca-49, Mg-15, P-54, Fe-1	.095/50	Тфтели с соусом	88-03
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-765, Б-31, Ж-30, У-93, Вит.А-1, Вит.С-39, Вит.РР-9, Na-3850, К-500, Ca-87, Mg-175, P-308, Fe-6			123

5-11 класс

ЭЦ-37, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, Na-547, К-70, Ca-23, Mg-7, P-13	.070	Салат из свежей капусты	9-85
ЭЦ-131, Б-2, Ж-8, У-12, Вит.А-2, Вит.С-18, Вит.РР-1, Na-1212, К-407, Ca-40, Mg-26, P-61, Fe-1	.250/10	Суп из овощей со сметаной	17-57
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Ca-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	20-95
ЭЦ-336, Б-18, Ж-21, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2779, К-148, Ca-48, Mg-15, P-53, Fe-1	.093/50	Тфтели с соусом	86-42
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-914, Б-28, Ж-39, У-112, Вит.А-4, Вит.С-37, Вит.РР-5, Na-5389, К-776, Ca-141, Mg-92, P-262, Fe-4			141

родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	27-78
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-60
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Ca-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	Бутерброд с сыром	23-62
ЭЦ-505, Б-14, Ж-16, У-75, Вит.С-2, Na-711, К-291, Ca-318, Mg-35, P-234, Fe-1			60

Руководитель

Зав. производством