

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	32-33
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-27, Б-1, У-6	.1 кус./10	Бутерброд с маслом шоколадным	18-26
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	18-70
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-487, К-389, Са-26, Mg-20, P-57, Fe-1	.200/10	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	22-37
ЭЦ-476, Б-11, Ж-33, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-70, Са-5, Mg-5, P-13	.058/58	Гуляш из свинины	77-06
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	36-05
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-88
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1517, Б-37, Ж-63, У-173, Вит.А-2, Вит.С-51, Вит.РР-5, Na-2439, К-1745, Са-376, Mg-137, P-467, Fe-5			225

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/14	Каша рисовая с маслом сливочным	43-22
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-27, Б-1, У-6	.1 кус./10	Бутерброд с маслом шоколадным	18-26
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	18-70
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-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, К-486, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/10	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	24-53
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/30	Запеканка творожная с повидлом	109-83
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	3-01
ЭЦ-1518, Б-46, Ж-62, У-195, Вит.А-13009, Вит.В2-1, Вит.С-61, Вит.РР-6, Na-1314, К-1860, Са-773, Mg-228, P-899, Fe-6			259

1-4 класс

ЭЦ-476, Б-11, Ж-33, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-70, Са-5, Mg-5, P-13	.058/58	Гуляш из свинины	77-06
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	36-05
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-88
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-812, Б-17, Ж-40, У-67, Вит.А-1, Вит.С-36, Вит.РР-3, Na-1458, К-1017, Са-100, Mg-66, P-160, Fe-3			123

5-11 класс

ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, К-486, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/10	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	24-53
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/30	Запеканка творожная с повидлом	109-83
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	3-01
ЭЦ-799, Б-31, Ж-43, У-73, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-18, Вит.РР-3, Na-690, К-732, Са-291, Mg-68, P-429, Fe-3			141

60 родительская плата

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/7	Каша рисовая с маслом сливочным	28-01
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-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-89
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/42гр.	Вафли "Гуливер"	19-76
ЭЦ-631, Б-16, Ж-17, У-105, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-635, К-371, Са-256, Mg-55, P-272, Fe-1			60

Руководитель

Зав.производством

