

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-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/15	Бутерброд с сыром	19-58
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	20-01
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-802, К-313, Са-45, Mg-23, P-70, Fe-1	.200/10/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	24-20
ЭЦ-1043, Б-69, Ж-81, У-10, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-29, На-560, К-767, Са-75, Mg-75, P-629, Fe-6	.095	Колбаски витаминные	92-66
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	20-95
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	6-38
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-2295, Б-102, Ж-122, У-197, Вит.А-4, Вит.В2-1, Вит.С-22, Вит.РР-32, На-2908, К-1555, Са-595, Mg-182, P-1129, Fe-10			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	.250/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	37-31
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	Бутерброд с сыром	30-63
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	20-01
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, На-1, К-12, Са-1	1шт	Яблоко	21-38
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, На-1003, К-391, Са-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/10/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	27-67
ЭЦ-251, Б-17, Ж-18, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, На-184, К-48, Са-57, Mg-9, P-43	.080	Рыба под сырной корочкой	70-88
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	32-80
ЭЦ-57, У-15, На-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
ЭЦ-1623, Б-54, Ж-64, У-206, Вит.А-2, Вит.С-57, Вит.РР-4, На-3600, К-1777, Са-664, Mg-130, P-595, Fe-6			259

1-4 класс

ЭЦ-1043, Б-69, Ж-81, У-10, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-29, На-560, К-767, Са-75, Mg-75, P-629, Fe-6	.095	Колбаски витаминные	92-66
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	20-95
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	6-38
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1407, Б-75, Ж-89, У-78, Вит.А-3, Вит.В2-1, Вит.С-3, Вит.РР-30, На-1255, К-889, Са-99, Mg-115, P-744, Fe-8			123

5-11 класс

ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, На-1003, К-391, Са-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/10/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	27-67
ЭЦ-251, Б-17, Ж-18, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, На-184, К-48, Са-57, Mg-9, P-43	.080	Рыба под сырной корочкой	70-88
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре, огурец консервиров	32-80
ЭЦ-57, У-15, На-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
ЭЦ-727, Б-28, Ж-37, У-70, Вит.А-2, Вит.С-53, Вит.РР-4, На-2639, К-1376, Са-181, Mg-82, P-257, Fe-5			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-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	20-01
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-83, Б-2, Ж-1, У-16, На-132, К-30, Са-5, Mg-4, P-21	.028	Булка формовая	1-78
ЭЦ-661, Б-17, Ж-19, У-105, Вит.С-2, На-619, К-323, Са-248, Mg-32, P-202			60

Руководитель

Зав.производством