

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-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша пшеничная с маслом сливочным	21-89
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-60
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./18	Бутерброд с сыром	24-31
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	18-70
ЭЦ-178, Б-5, Ж-9, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-3, Na-629, К-619, Са-79, Mg-55, P-123, Fe-2	.200/15/10	Рассольник Домашний с цыпл, сметаной	28-50
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, Na-1667, К-976, Са-76, Mg-53, P-156, Fe-2	.180/25	Картофельное пюре с зеленым горошком	35-01
ЭЦ-228, Б-28, Ж-11, У-4, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-1362, К-55, Са-20, Mg-6, P-14	.075/50	Рыба припущенная с овощами	81-35
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-1383, Б-62, Ж-48, У-173, Вит.А-8, Вит.С-68, Вит.РР-5, Na-4486, К-1979, Са-576, Mg-159, P-579, Fe-7			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	32-59
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-60
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./25	Бутерброд с сыром	30-63
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	27-48
ЭЦ-50, Б-1, Ж-3, У-5, Вит.А-1, Вит.С-14, Na-743, К-95, Са-32, Mg-10, P-17	.095	Салат из свежей капусты	13-25
ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Са-98, Mg-69, P-154, Fe-2	.250/15/10	Рассольник Домашний с цыпл, сметаной	33-97
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	87-14
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-2007, Б-47, Ж-83, У-237, Вит.А-13016, Вит.С-96, Вит.РР-7, Na-2513, К-2209, Са-808, Mg-289, P-808, Fe-8			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, Na-1667, К-976, Са-76, Mg-53, P-156, Fe-2	.180/25	Картофельное пюре с зеленым горошком	35-01
ЭЦ-228, Б-28, Ж-11, У-4, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-1362, К-55, Са-20, Mg-6, P-14	.075/50	Рыба припущенная с овощами	81-35
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-523, Б-35, Ж-18, У-55, Вит.А-1, Вит.С-39, Вит.РР-2, Na-3030, К-1056, Са-101, Mg-63, P-178, Fe-3			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-50, Б-1, Ж-3, У-5, Вит.А-1, Вит.С-14, Na-743, К-95, Са-32, Mg-10, P-17	.095	Салат из свежей капусты	13-25
ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Са-98, Mg-69, P-154, Fe-2	.250/15/10	Рассольник Домашний с цыпл, сметаной	33-97
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	87-14
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-1151, Б-23, Ж-59, У-103, Вит.А-16, Вит.С-53, Вит.РР-5, Na-1557, К-1129, Са-181, Mg-144, P-327, Fe-4			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/9	Каша пшеничная с маслом сливочным	29-07
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-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-89
ЭЦ-638, Б-18, Ж-18, У-102, Вит.С-2, Na-628, К-324, Са-249, Mg-32, P-203			60-00

Руководитель
Зав.производством

