

27 Января 2025 г.

Меню Школа № 10

эп. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	33-23
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-34
ЭЦ-182, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-190, K-63, Ca-12, Mg-8, P-48, Fe-1	0.075	Булочка Сладкая	15-88
	.1шт./38г	Пирожное Боярушка	15-87
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, K-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-65, K-343, Ca-32, Mg-22, P-74, Fe-1	.200/10/10	Суп из овощей с цыпленком, сметаной	24-10
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, K-60, Ca-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	10-10
ЭЦ-297, Б-10, Ж-7, У-47, Вит.РР-2, Na-622, K-290, Ca-22, Mg-153, P-229, Fe-5	.160	Каша гречневая рассыпчатая	16-17
ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1129, K-115, Ca-47, Mg-11, P-60, Fe-1	.095/50	Зразы рубленые с соусом	82-15
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, K-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1578, Б-52, Ж-60, У-208, Вит.А-1, Вит.С-62, Вит.РР-12, Na-3281, K-1268, Ca-395, Mg-259, P-712, Fe-9			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, K-242, Ca-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/15	Каша рисовая с маслом сливочным	45-85
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-34
ЭЦ-182, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-190, K-63, Ca-12, Mg-8, P-48, Fe-1	0.075	Булочка Сладкая	15-88
	.1шт./38г	Пирожное Боярушка	15-87
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, K-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	27-48
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, K-428, Ca-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с цыпленком, сметаной	25-64
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, K-306, Ca-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	27
ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1129, K-115, Ca-47, Mg-11, P-60, Fe-1	.095/50	Зразы рубленые с соусом	82-15
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, K-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1876, Б-53, Ж-75, У-249, Вит.А-13001, Вит.С-71, Вит.РР-9, Na-3706, K-2123, Ca-629, Mg-379, P-960, Fe-12			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, K-60, Ca-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	10-10
ЭЦ-297, Б-10, Ж-7, У-47, Вит.РР-2, Na-622, K-290, Ca-22, Mg-153, P-229, Fe-5	.160	Каша гречневая рассыпчатая	16-17
ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1129, K-115, Ca-47, Mg-11, P-60, Fe-1	.095/50	Зразы рубленые с соусом	82-15
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, K-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-756, Б-30, Ж-30, У-90, Вит.С-41, Вит.РР-8, Na-2376, K-494, Ca-95, Mg-174, P-320, Fe-6			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, K-428, Ca-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с цыпленком, сметаной	25-64
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, K-306, Ca-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/20	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	27
ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1129, K-115, Ca-47, Mg-11, P-60, Fe-1	.095/50	Зразы рубленые с соусом	82-15
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, K-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1028, Б-35, Ж-51, У-108, Вит.А-1, Вит.С-28, Вит.РР-5, Na-2736, K-903, Ca-129, Mg-207, P-422, Fe-8			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/9	Каша рисовая с маслом сливочным	31-90
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком № 692	10-34
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, K-32, Ca-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-89
	.1шт./38г	Пирожное Боярушка	15-87
ЭЦ-512, Б-12, Ж-17, У-81, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-635, K-371, Ca-256, Mg-55, P-272, Fe-1			60

Руководитель