

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-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	29-31
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	20-01
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	26-84
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-89
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	.200/10/10	Рассольник Домашний с цыпл, сметаной	23-95
ЭЦ-146, Б-3, Ж-5, У-21, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-1129, К-713, Са-49, Mg-31, P-92, Fe-1	.140	Картофельное пюре	18-62
ЭЦ-68, Б-1, Ж-5, У-4, Вит.А-1, Вит.С-20, Na-11, К-106, Са-33, Mg-10, P-25	.050	Капуста тушеная	10-14
ЭЦ-398, Б-18, Ж-28, У-7, Вит.С-2, Na-1755, К-41, Са-26, Mg-5, P-26	.075	Шницель рубленый Дружба	76-29
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	15-37
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1703, Б-49, Ж-71, У-202, Вит.А-8, Вит.С-82, Вит.РР-6, Na-4685, К-2077, Са-667, Mg-165, P-666, Fe-6			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-254, Са-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/13	Каша манная с маслом сливочным	37-26
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	20-01
ЭЦ-176, Б-5, Ж-2, У-35, Вит.РР-1, Na-283, К-65, Са-12, Mg-8, P-44, Fe-1	.060	Булка формовая	3-78
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-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, К-545, Са-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	25-49
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	23-94
ЭЦ-89, Б-2, Ж-7, У-5, Вит.А-1, Вит.С-26, Вит.РР-1, Na-14, К-138, Са-43, Mg-13, P-33	.065	Капуста, тушеная	17-77
ЭЦ-401, Б-9, Ж-24, У-16, Вит.С-2, Na-2591, К-67, Са-33, Mg-8, P-26, Fe-1	.075/50	Биточки мясные с соусом	63-46
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	7-19
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-15
ЭЦ-2096, Б-51, Ж-77, У-279, Вит.А-13003, Вит.С-120, Вит.РР-11, Na-6288, К-3021, Са-745, Mg-276, P-910, Fe-11			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-146, Б-3, Ж-5, У-21, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-1129, К-713, Са-49, Mg-31, P-92, Fe-1	.140	Картофельное пюре	18-62
ЭЦ-68, Б-1, Ж-5, У-4, Вит.А-1, Вит.С-20, Na-11, К-106, Са-33, Mg-10, P-25	.050	Капуста тушеная	10-14
ЭЦ-398, Б-18, Ж-28, У-7, Вит.С-2, Na-1755, К-41, Са-26, Mg-5, P-26	.075	Шницель рубленый Дружба	76-29
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	15-37
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-820, Б-24, Ж-38, У-81, Вит.А-1, Вит.С-53, Вит.РР-2, Na-3063, К-1016, Са-122, Mg-54, P-168, Fe-2			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, К-545, Са-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	25-49
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	23-94
ЭЦ-89, Б-2, Ж-7, У-5, Вит.А-1, Вит.С-26, Вит.РР-1, Na-14, К-138, Са-43, Mg-13, P-33	.065	Капуста, тушеная	17-77
ЭЦ-401, Б-9, Ж-24, У-16, Вит.С-2, Na-2591, К-67, Са-33, Mg-8, P-26, Fe-1	.075/50	Биточки мясные с соусом	63-46
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	7-19
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-15
ЭЦ-1137, Б-26, Ж-50, У-125, Вит.А-3, Вит.С-77, Вит.РР-7, Na-5331, К-1756, Са-225, Mg-121, P-354, Fe-6			141

Руководитель

Зав.производством