

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/18	Бутерброд с сыром	21-92
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша пшеничная с маслом сливочным	21-89
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-34
ЭЦ-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, На-332, К-102, Са-24, Mg-14, P-77, Fe-1	.100	Пирог Дружная семейка	25-11
ЭЦ-141, Б-6, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-3, На-500, К-417, Са-21, Mg-24, P-86, Fe-1	.200/10	Суп картоф. с крупой, мясом	22-74
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/30	Макаронные изделия отварные с лечо	28-91
ЭЦ-326, Б-18, Ж-20, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, На-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	83-89
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1875, Б-89, Ж-61, У-244, Вит.А-3, Вит.С-22, Вит.РР-9, На-6701, К-1114, Са-532, Mg-123, P-573, Fe-5			225

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/18	Бутерброд с сыром	21-92
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	33-15
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-34
ЭЦ-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, На-332, К-102, Са-24, Mg-14, P-77, Fe-1	.100	Пирог Дружная семейка	25-11
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый Икор	27-48
ЭЦ-176, Б-7, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-3, На-625, К-521, Са-26, Mg-30, P-108, Fe-1	.250/10	Суп картоф. с крупой, мясом	26-65
ЭЦ-522, Б-23, Ж-33, У-34, Вит.А-18, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-94, К-263, Са-288, Mg-42, P-367, Fe-1	.145/25	Запеканка творожная с повидлом	105-13
ЭЦ-57, У-15, На-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-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-2035, Б-92, Ж-72, У-253, Вит.А-13019, Вит.С-61, Вит.РР-7, На-2072, К-2056, Са-953, Mg-236, P-1054, Fe-6			259

1-4 класс

ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/30	Макаронные изделия отварные с лечо	28-91
ЭЦ-326, Б-18, Ж-20, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, На-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	83-89
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-729, Б-26, Ж-26, У-99, Вит.А-2, Вит.С-7, Вит.РР-5, На-5134, К-255, Са-114, Mg-47, P-139, Fe-3			123

5-11 класс

ЭЦ-176, Б-7, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-3, На-625, К-521, Са-26, Mg-30, P-108, Fe-1	.250/10	Суп картоф. с крупой, мясом	26-65
ЭЦ-522, Б-23, Ж-33, У-34, Вит.А-18, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-94, К-263, Са-288, Mg-42, P-367, Fe-1	.145/25	Запеканка творожная с повидлом	105-13
ЭЦ-57, У-15, На-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-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-856, Б-33, Ж-41, У-88, Вит.А-19, Вит.С-18, Вит.РР-4, На-876, К-838, Са-325, Mg-80, P-503, Fe-3			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	.200/9	Каша пшеничная с маслом сливочным	28-10
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, На-332, К-102, Са-24, Mg-14, P-77, Fe-1	.100	Пирог Дружная семейка	25-11
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-16
ЭЦ-952, Б-52, Ж-21, У-137, Вит.С-1, Вит.РР-2, На-1006, К-327, Са-162, Mg-39, P-213, Fe-3			60

Руководитель

Зав.производством