

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-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/8	Каша ячневая с маслом сливочным	25-19
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-66
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	25-11
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный завтрак"	13-03
ЭЦ-178, Б-5, Ж-9, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-3, Na-629, К-619, Ca-79, Mg-55, P-123, Fe-2	.200/15/10	Рассольник Домашний с цыпл, сметаной	30-01
ЭЦ-326, Б-18, Ж-20, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2689, К-143, Ca-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	83-55
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Ca-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/25	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	24-87
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1581, Б-53, Ж-62, У-198, Вит.А-8, Вит.С-63, Вит.РР-11, Na-5442, К-1349, Ca-553, Mg-249, P-673, Fe-10			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Ca-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша ячневая с маслом сливочным	38-54
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-66
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	Бутерброд с сыром	30-29
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный завтрак"	13-03
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	27-48
ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, К-100, Ca-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	14-59
ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Ca-98, Mg-69, P-154, Fe-2	.250/15/10	Рассольник Домашний с цыпл, сметаной	34-32
ЭЦ-833, Б-15, Ж-48, У-53, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-22, К-203, Ca-38, Mg-56, P-139, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	85-83
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-68
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-2039, Б-47, Ж-83, У-241, Вит.А-13015, Вит.С-96, Вит.РР-7, Na-2704, К-2210, Ca-807, Mg-288, P-820, Fe-8			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-326, Б-18, Ж-20, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2689, К-143, Ca-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	83-55
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Ca-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/25	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	24-87
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-767, Б-28, Ж-35, У-84, Вит.А-1, Вит.С-34, Вит.РР-8, Na-3986, К-427, Ca-78, Mg-153, P-272, Fe-6			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, К-100, Ca-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	14-59
ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Ca-98, Mg-69, P-154, Fe-2	.250/15/10	Рассольник Домашний с цыпл, сметаной	34-32
ЭЦ-833, Б-15, Ж-48, У-53, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-22, К-203, Ca-38, Mg-56, P-139, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	85-83
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-68
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Ca-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1240, Б-25, Ж-62, У-112, Вит.А-15, Вит.С-53, Вит.РР-5, Na-1748, К-1131, Ca-180, Mg-143, P-339, Fe-4			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	27-77
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-68
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/23	Бутерброд с сыром	28-55
ЭЦ-507, Б-15, Ж-16, У-74, Вит.С-1, Na-802, К-230, Ca-336, Mg-34, P-233, Fe-2			60

Руководитель

Зав.производством