

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	17-88
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша пшеничная с маслом сливочным	20-45
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-68
ЭЦ-251, Б-24, Ж-4, У-29, Вит.РР-1, Na-199, K-61, Ca-14, Mg-9, P-46, Fe-1	.060	Пирог Дружная семейка	15-05
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, K-265, Ca-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/10/6	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	24-14
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, K-509, Ca-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	15-20
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, K-240, Ca-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	19-73
ЭЦ-209, Б-15, Ж-14, У-8, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1473, K-18, Ca-18, Mg-2, P-9	.095	Котлета мясная	73-06
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1461, Б-67, Ж-63, У-159, Вит.А-1, Вит.С-109, Вит.РР-10, Na-3470, K-1325, Ca-300, Mg-91, P-383, Fe-6			225

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	17-88
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, K-182, Ca-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	31-91
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-68
ЭЦ-251, Б-24, Ж-4, У-29, Вит.РР-1, Na-199, K-61, Ca-14, Mg-9, P-46, Fe-1	.060	Пирог Дружная семейка	15-05
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 Икор	28-68
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, K-331, Ca-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	27-83
ЭЦ-289, Б-16, Ж-18, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2390, K-127, Ca-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.080/50	Тефтели с соусом	73-90
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, K-77, Ca-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с овощной закуской	32-58
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-68
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1863, Б-74, Ж-72, У-231, Вит.А-13002, Вит.С-59, Вит.РР-7, Na-6257, K-1629, Ca-507, Mg-182, P-592, Fe-9			259

1-4 класс

ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, K-509, Ca-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	15-20
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, K-240, Ca-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	19-73
ЭЦ-209, Б-15, Ж-14, У-8, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1473, K-18, Ca-18, Mg-2, P-9	.095	Котлета мясная	73-06
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-442, Б-20, Ж-20, У-47, Вит.С-99, Вит.РР-8, Na-2295, K-767, Ca-111, Mg-45, P-116, Fe-2			123

5-11 класс

ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, K-331, Ca-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	27-83
ЭЦ-289, Б-16, Ж-18, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2390, K-127, Ca-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.080/50	Тефтели с соусом	73-90
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, K-77, Ca-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с овощной закуской	32-58
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-68
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-847, Б-33, Ж-35, У-103, Вит.А-2, Вит.С-17, Вит.РР-4, Na-5434, K-560, Ca-109, Mg-46, P-160, Fe-4			141

60 родительская плата

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/8	Каша пшеничная с маслом сливочным	27-38
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-66
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-16
ЭЦ-628, Б-20, Ж-21, У-90, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-755, K-357, Ca-221, Mg-37, P-262, Fe-3			60

Руководитель

Зав.производством