

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-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	18-31
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/9	Каша пшениная с маслом сливочным	28-56
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-68
ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, На-194, К-63, Са-12, Мг-8, Р-48, Fe-1	.075	Ватрушка с творогом	24-72
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, На-481, К-265, Са-22, Мг-14, Р-38, Fe-1	.200/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	26-73
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-1189, К-121, Са-49, Мг-11, Р-63, Fe-1	.100/50	Зразы рубленные с соусом	89-80
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-25, Мг-172, Р-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	18-19
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-1612, Б-53, Ж-69, У-198, Вит.А-1, Вит.С-43, Вит.РР-10, На-3003, К-949, Са-238, Мг-223, Р-509, Fe-10			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	25-97
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, На-546, К-182, Са-154, Мг-18, Р-114	.250/11	Каша пшениная с маслом сливочным	34-95
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-68
ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, На-194, К-63, Са-12, Мг-8, Р-48, Fe-1	.075	Ватрушка с творогом	24-72
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-740, Са-200, Мг-100, Р-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	28-68
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, На-602, К-331, Са-27, Мг-18, Р-47, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	28-75
ЭЦ-289, Б-16, Ж-18, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-2390, К-127, Са-41, Мг-13, Р-46, Fe-1	.080/50	Тфтели с соусом	74-58
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Мг-11, Р-59, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с зел.горошком	30-98
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-68
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1724, Б-50, Ж-68, У-232, Вит.А-13002, Вит.С-59, Вит.РР-7, На-6196, К-1572, Са-482, Мг-176, Р-513, Fe-8			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-1189, К-121, Са-49, Мг-11, Р-63, Fe-1	.100/50	Зразы рубленные с соусом	89-80
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-25, Мг-172, Р-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	18-19
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-731, Б-30, Ж-30, У-85, Вит.С-33, Вит.РР-8, На-1889, К-448, Са-74, Мг-183, Р-321, Fe-7			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, На-602, К-331, Са-27, Мг-18, Р-47, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	28-75
ЭЦ-289, Б-16, Ж-18, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-2390, К-127, Са-41, Мг-13, Р-46, Fe-1	.080/50	Тфтели с соусом	74-58
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Мг-11, Р-59, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с зел.горошком	30-98
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-68
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-846, Б-33, Ж-35, У-103, Вит.А-2, Вит.С-17, Вит.РР-4, На-5434, К-560, Са-109, Мг-46, Р-160, Fe-4			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/10	Каша пшениная с маслом сливочным	29-44
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Мг-14, Р-90	.200	Какао с молоком	20-01
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, На-141, К-32, Са-6, Мг-4, Р-22	.030	Булка формовая	1-88
ЭЦ-666, Б-17, Ж-19, У-107, Вит.С-2, На-628, К-325, Са-249, Мг-32, Р-203			60

Руководитель

Зав.производством