

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-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/16	<i>Бутерброд с сыром</i>	20-69
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	<i>Каша манная с маслом сливочным</i>	29-31
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-87
ЭЦ-100, Б-3, У-20	<i>1шт/30гр.</i>	<i>Пироженое Тими</i>	18-70
ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/15	<i>Суп картоф. с крупой, рыбой</i>	24-43
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/20	<i>Рис припущенный с овощами с огуриц.конс.</i>	30-71
ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-263, К-218, Са-46, Mg-20, P-151, Fe-1	.100/50	<i>Фрикадельки из курицы с соусом</i>	77-28
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	3-01
ЭЦ-1377, Б-45, Ж-53, У-181, Вит.А-3, Вит.С-47, Вит.РР-13, Na-2580, К-1051, Са-490, Mg-125, P-625, Fe-6			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25/	<i>Бутерброд с сыром и маслом сл.</i>	49-97
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	.250/15	<i>Каша манная с маслом сливочным</i>	40-46
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-87
ЭЦ-100, Б-3, У-20	<i>1шт/30гр.</i>	<i>Пироженое Тими</i>	18-70
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/15	<i>Суп картоф. с крупой, рыбой</i>	26-53
ЭЦ-428, Б-10, Ж-26, У-17, Вит.С-3, Na-2764, К-71, Са-35, Mg-9, P-28, Fe-1	.080/50	<i>Биточки мясные с соусом</i>	66-49
ЭЦ-125, Б-3, Ж-4, У-18, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-968, К-611, Са-42, Mg-27, P-79, Fe-1	.120	<i>Картофельное пюре</i>	19-05
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	<i>Капуста тушеная</i>	18-73
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	<i>Компот из сухофруктов</i>	7-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1634, Б-44, Ж-59, У-205, Вит.А-2, Вит.С-98, Вит.РР-5, Na-5683, К-1838, Са-630, Mg-159, P-589, Fe-8			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/20	<i>Рис припущенный с овощами с огуриц.конс.</i>	30-71
ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-263, К-218, Са-46, Mg-20, P-151, Fe-1	.100/50	<i>Фрикадельки из курицы с соусом</i>	77-28
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-616, Б-21, Ж-29, У-70, Вит.А-2, Вит.С-32, Вит.РР-11, Na-957, К-315, Са-65, Mg-56, P-258, Fe-2			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/15	<i>Суп картоф. с крупой, рыбой</i>	26-53
ЭЦ-428, Б-10, Ж-26, У-17, Вит.С-3, Na-2764, К-71, Са-35, Mg-9, P-28, Fe-1	.080/50	<i>Биточки мясные с соусом</i>	66-47
ЭЦ-125, Б-3, Ж-4, У-18, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-968, К-611, Са-42, Mg-27, P-79, Fe-1	.120	<i>Картофельное пюре</i>	19-07
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	<i>Капуста тушеная</i>	18-73
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	<i>Компот из сухофруктов</i>	7-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-905, Б-22, Ж-36, У-98, Вит.А-2, Вит.С-95, Вит.РР-4, Na-4745, К-1426, Са-192, Mg-104, P-241, Fe-5			141
<u>60 родительская плата</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	.200/11	<i>Каша манная с маслом сливочным</i>	30-54
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-87
ЭЦ-100, Б-3, У-20	<i>1шт/30гр.</i>	<i>Пироженое Тими</i>	18-70
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	<i>Булка формовая</i>	1-89
ЭЦ-575, Б-14, Ж-15, У-96, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-605, К-333, Са-203, Mg-37, P-204, Fe-2			60

Руководитель

Зав.производством