

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость б 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	.31,25/23	<i>Бутерброд с сыром</i>	30-26
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	33-21
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	1шт	<i>Печенье "Полезный завтрак"</i>	13-03
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/10	<i>Борщ из св. капусты со сметаной</i>	16-63
ЭЦ-362, Б-16, Ж-28, У-12, Вит.РР-6, Na-110, К-165, Са-16, Mg-16, P-139, Fe-1	.090	<i>Биточки из филе цыпленка бр.</i>	68-03
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, Na-1667, К-976, Са-76, Mg-53, P-156, Fe-2	.180/25	<i>Картофельное пюре с зеленым горошком</i>	45-30
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	6-66
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1415, Б-44, Ж-61, У-173, Вит.А-1, Вит.С-56, Вит.РР-10, Na-3404, К-1802, Са-543, Mg-157, P-697, Fe-8			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	.31,25/23	<i>Бутерброд с сыром</i>	30-26
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/10	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	37-16
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	1шт	<i>Печенье "Полезный завтрак"</i>	13-03
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	<i>Сок Фруктовый</i>	28-68
ЭЦ-127, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10	<i>Борщ из св. капусты со сметаной</i>	20-79
ЭЦ-622, Б-24, Ж-35, У-53, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-72, К-254, Са-243, Mg-41, P-357, Fe-1	.160/32	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	113-31
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-89
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1657, Б-47, Ж-65, У-220, Вит.А-13001, Вит.В2-1, Вит.С-65, Вит.РР-5, Na-2028, К-1775, Са-937, Mg-243, P-990, Fe-8			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-362, Б-16, Ж-28, У-12, Вит.РР-6, Na-110, К-165, Са-16, Mg-16, P-139, Fe-1	.090	<i>Биточки из филе цыпленка бр.</i>	68-03
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, Na-1667, К-976, Са-76, Mg-53, P-156, Fe-2	.180/25	<i>Картофельное пюре с зеленым горошком</i>	45-30
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	6-66
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-657, Б-23, Ж-35, У-63, Вит.С-37, Вит.РР-8, Na-1778, К-1166, Са-97, Mg-73, P-303, Fe-4			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-127, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10	<i>Борщ из св. капусты со сметаной</i>	20-79
ЭЦ-622, Б-24, Ж-35, У-53, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-72, К-254, Са-243, Mg-41, P-357, Fe-1	.160/32	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	113-31
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-89
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-833, Б-27, Ж-42, У-88, Вит.А-1, Вит.В2-1, Вит.С-22, Вит.РР-2, Na-1064, К-635, Са-302, Mg-70, P-423, Fe-3			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/12	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	36-21
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	1шт	<i>Печенье "Полезный завтрак"</i>	13-03
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	<i>Булка формовая</i>	1-89
ЭЦ-578, Б-13, Ж-15, У-98, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-611, К-323, Са-201, Mg-52, P-235, Fe-2			60

Руководитель

Зав.производством

