

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 | .31,25/16 | Бутерброд с маслом сливочным | 28-06 |
| ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, К-203, Са-132, Мг-22, Р-129, Fe-1 | .200/10 | Каша манная с маслом сливочным | 29-31 |
| ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Мг-14, Р-90 | .200 | Кофейный напиток с молоком | 10-39 |
| ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, На-819, К-411, Са-33, Мг-23, Р-67, Fe-1 | .200/10/10 | Рассольник Ленин. мясом, сметан | 34-24 |
| ЭЦ-256, Б-14, Ж-21, У-5, Вит.РР-6, На-1224, К-169, Са-35, Мг-15, Р-141, Fe-1 | .050/50 | Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе | 68-01 |
| ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, На-1141, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5 | .150/35 | Каша гречневая рассыпчатая с овощной закуской | 39-98 |
| 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-1332, Б-37, Ж-70, У-142, Вит.А-1, Вит.С-44, Вит.РР-13, На-3673, К-1186, Са-348, Мг-208, Р-631, Fe-8 | | | 225 |
| <u>ОВЗ 5-11 класс</u> | | | |
| ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Мг-5, Р-81, Fe-1 | .1шт | Яйцо отварное | 20-80 |
| ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3 | .31,25/20 | Бутерброд с маслом сливочным | 33-62 |
| ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-548, К-254, Са-165, Мг-28, Р-161, Fe-1 | .250/17 | Каша манная с маслом сливочным | 44-52 |
| ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Мг-14, Р-90 | .200 | Кофейный напиток с молоком | 10-39 |
| ЭЦ-100, Б-3, У-20 | 1шт/24гр. | Печень "Земляничное" | 8-67 |
| ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-1024, К-513, Са-41, Мг-29, Р-83, Fe-1 | .250/10/10 | Рассольник Ленин. мясом, сметан | 37-66 |
| ЭЦ-176, Б-12, Ж-11, У-7, Вит.С-1, Вит.РР-2, На-1240, К-15, Са-15, Мг-2, Р-8 | .080 | Котлета мясная | 61-49 |
| ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Мг-36, Р-107, Fe-1 | .180/25 | Рис припущенный с овощам, фасолью консервированной | 34-95 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 3-89 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 3-01 |
| ЭЦ-1493, Б-43, Ж-63, У-190, Вит.А-2, Вит.С-23, Вит.РР-5, На-3614, К-1111, Са-390, Мг-118, Р-541, Fe-5 | | | 259 |
| <u>1-4 класс</u> | | | |
| ЭЦ-256, Б-14, Ж-21, У-5, Вит.РР-6, На-1224, К-169, Са-35, Мг-15, Р-141, Fe-1 | .050/50 | Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе | 68-01 |
| ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, На-1141, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5 | .150/35 | Каша гречневая рассыпчатая с овощной закуской | 39-98 |
| 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-650, Б-23, Ж-36, У-61, Вит.С-28, Вит.РР-11, На-2365, К-424, Са-61, Мг-149, Р-342, Fe-6 | | | 123 |
| <u>5-11 класс</u> | | | |
| ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-1024, К-513, Са-41, Мг-29, Р-83, Fe-1 | .250/10/10 | Рассольник Ленин. мясом, сметан | 37-66 |
| ЭЦ-176, Б-12, Ж-11, У-7, Вит.С-1, Вит.РР-2, На-1240, К-15, Са-15, Мг-2, Р-8 | .080 | Котлета мясная | 61-49 |
| ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Мг-36, Р-107, Fe-1 | .180/25 | Рис припущенный с овощам, фасолью консервированной | 34-95 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 3-89 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 3-01 |
| ЭЦ-691, Б-21, Ж-27, У-93, Вит.А-2, Вит.С-20, Вит.РР-4, На-2959, К-650, Са-80, Мг-71, Р-206, Fe-3 | | | 141 |
| <u>60 родительская плата</u> | | | |
| ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, К-203, Са-132, Мг-22, Р-129, Fe-1 | .200/6 | Каша манная с маслом сливочным | 22-77 |
| ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Мг-14, Р-90 | .200 | Кофейный напиток с молоком | 10-39 |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Мг-16, Р-134, Fe-1 | .31,25/20 | Бутерброд с сыром | 26-84 |
| ЭЦ-589, Б-19, Ж-22, У-80, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-852, К-409, Са-460, Мг-52, Р-353, Fe-2 | | | 60 |

Руководитель

Зав. производством