

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-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша ячневая с маслом сливочным	20-12
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-87
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	Бутерброд с сыром	25-79
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	18-70
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, На-482, К-266, Са-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/10/6	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	28-52
ЭЦ-253, Б-14, Ж-16, У-14, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-2091, К-111, Са-36, Mg-11, P-40, Fe-1	.070/50	Тефтели с соусом	63-94
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	17-39
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, На-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	21-16
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	17-50
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1345, Б-42, Ж-45, У-191, Вит.А-2, Вит.С-93, Вит.РР-5, На-4118, К-1544, Са-477, Mg-107, P-425, Fe-6			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша ячневая с маслом сливочным	30-89
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-87
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/24	Бутерброд с сыром	30-86
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	18-70
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	28-68
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, На-602, К-332, Са-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	31-52
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-43, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-2477, К-127, Са-44, Mg-16, P-68, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с огуцом консервированным	29-51
ЭЦ-289, Б-16, Ж-18, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-2390, К-127, Са-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.080/50	Тефтели с соусом	73-07
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-89
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1590, Б-51, Ж-52, У-231, Вит.А-13002, Вит.С-62, Вит.РР-6, На-6310, К-1678, Са-667, Mg-190, P-607, Fe-7			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-253, Б-14, Ж-16, У-14, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-2091, К-111, Са-36, Mg-11, P-40, Fe-1	.070/50	Тефтели с соусом	63-94
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	17-39
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, На-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	21-16
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	17-50
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-586, Б-19, Ж-22, У-78, Вит.А-1, Вит.С-82, Вит.РР-4, На-2925, К-987, Са-137, Mg-58, P-152, Fe-4			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, На-602, К-332, Са-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	31-52
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-43, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-2477, К-127, Са-44, Mg-16, P-68, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с огуцом консервированным	29-51
ЭЦ-289, Б-16, Ж-18, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-2390, К-127, Са-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.080/50	Тефтели с соусом	73-07
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-89
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-822, Б-32, Ж-33, У-103, Вит.А-2, Вит.С-19, Вит.РР-4, На-5470, К-611, Са-118, Mg-51, P-170, Fe-4			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, На-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/8	Каша ячневая с маслом	30-54
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-87
ЭЦ-89, Б-2, Ж-1, У-18, На-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-89
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Пироженое Тими	18-70
ЭЦ-612, Б-16, Ж-17, У-98, Вит.С-3, На-637, К-371, Са-273, Mg-38, P-225, Fe-1			60

Руководитель

Зав.производством