

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	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	18-31
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/7	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	24-65
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	20-01
ЭЦ-100, Б-3, У-20	<i>1шт</i>	<i>Печенье "Полезный завтрак"</i>	13-03
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-585, К-277, Са-43, Mg-20, P-65, Fe-1	.200/10/10	<i>Щи из св.капусты с цыпленком, сметаной</i>	26
ЭЦ-252, Б-7, Ж-6, У-43, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-2367, К-91, Са-37, Mg-14, P-68, Fe-1	.170/20	<i>Макаронные изделия отварные с зел.горошком консерв.</i>	30-03
ЭЦ-180, Ж-2, У-3, Вит.С-1, На-160, К-32, Са-4, Mg-3, P-6	.1шт/90/10	<i>Треугольник тресковый с маслом сливочным</i>	78-39
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-58
ЭЦ-1387, Б-29, Ж-47, У-172, Вит.А-1, Вит.С-57, Вит.РР-7, На-3756, К-724, Са-335, Mg-69, P-343, Fe-2			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/10	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	18-31
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, На-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/13	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	37-97
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	20-01
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	<i>Сок Фруктовый</i>	28-68
ЭЦ-100, Б-3, У-20	<i>1шт</i>	<i>Печенье "Полезный завтрак"</i>	13-03
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/10/10	<i>Щи из св.капусты с цыпленком, сметаной</i>	29-26
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/20	<i>Рис припущенный с овощам,зеленым горошком</i>	29-63
ЭЦ-286, Б-15, Ж-19, У-14, Вит.С-4, Вит.РР-2, На-1010, К-103, Са-42, Mg-10, P-54, Fe-1	.085/50	<i>Зразы рубленные с соусом</i>	75-64
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-89
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-58
ЭЦ-1751, Б-45, Ж-72, У-229, Вит.А-13002, Вит.С-79, Вит.РР-7, На-3210, К-1671, Са-601, Mg-211, P-658, Fe-6			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-252, Б-7, Ж-6, У-43, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-2367, К-91, Са-37, Mg-14, P-68, Fe-1	.170/20	<i>Макаронные изделия отварные с зел.горошком консерв.</i>	30-03
ЭЦ-180, Ж-2, У-3, Вит.С-1, На-160, К-32, Са-4, Mg-3, P-6	.1шт/90/10	<i>Треугольник тресковый с маслом сливочным</i>	78-39
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-58
ЭЦ-540, Б-9, Ж-8, У-70, Вит.С-31, Вит.РР-5, На-2683, К-152, Са-47, Mg-21, P-94, Fe-1			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-732, К-346, Са-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/10/10	<i>Щи из св.капусты с цыпленком, сметаной</i>	29-26
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/20	<i>Рис припущенный с овощам,зеленым горошком</i>	29-63
ЭЦ-286, Б-15, Ж-19, У-14, Вит.С-4, Вит.РР-2, На-1010, К-103, Са-42, Mg-10, P-54, Fe-1	.085/50	<i>Зразы рубленные с соусом</i>	75-64
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-89
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-58
ЭЦ-860, Б-27, Ж-39, У-100, Вит.А-2, Вит.С-36, Вит.РР-5, На-2593, К-600, Са-125, Mg-79, P-271, 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, Mg-14, P-91	.200/13	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	34-69
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-39
ЭЦ-100, Б-3, У-20	<i>1шт</i>	<i>Печенье "Полезный завтрак"</i>	13-03
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, На-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	<i>Булка формовая</i>	1-89
ЭЦ-638, Б-18, Ж-18, У-102, Вит.С-2, На-628, К-324, Са-249, Mg-32, P-203			60

Руководитель

Зав.производством