

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, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	18-31
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	27-77
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-39
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/30гр.	Пироженое Тими	18-70
ЭЦ-139, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-1, Na-54, К-314, Са-29, Mg-19, P-50, Fe-1	.200/10/6	Суп из овощей с мясом, сметаной	26-83
ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1129, К-115, Са-47, Mg-11, P-60, Fe-1	.095	Зразы рубленые	79-71
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	.180/25	Рис припущенный с овощами с огуриц.конс.	33-09
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	Компот из сухофруктов	7-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1531, Б-44, Ж-64, У-196, Вит.А-3, Вит.С-28, Вит.РР-5, Na-2369, К-854, Са-372, Mg-115, P-430, Fe-4			225

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	25-97
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/12	Каша ячневая с маслом сливочным	34-26
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-39
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	Сок Фруктовый Икор	28-68
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/30гр.	Пироженое Тими	18-70
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/10	Суп из овощей со сметаной	19-30
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	36-69
ЭЦ-228, Б-28, Ж-11, У-4, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-1362, К-55, Са-20, Mg-6, P-14	.075/50	Рыба припущенная с овощами	78-11
ЭЦ-57, У-15, Na-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-1483, Б-56, Ж-59, У-182, Вит.А-13002, Вит.С-100, Вит.РР-6, Na-3512, К-2494, Са-605, Mg-210, P-621, Fe-6			259

1-4 класс

ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1129, К-115, Са-47, Mg-11, P-60, Fe-1	.095	Зразы рубленые	79-71
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	.180/25	Рис припущенный с овощами с огуриц.конс.	33-09
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	Компот из сухофруктов	7-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-749, Б-24, Ж-29, У-100, Вит.А-2, Вит.С-7, Вит.РР-4, Na-1827, К-247, Са-98, Mg-68, P-196, Fe-3			123

5-11 класс

ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/10	Суп из овощей со сметаной	19-30
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	36-69
ЭЦ-228, Б-28, Ж-11, У-4, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-1362, К-55, Са-20, Mg-6, P-14	.075/50	Рыба припущенная с овощами	78-11
ЭЦ-57, У-15, Na-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-677, Б-39, Ж-30, У-63, Вит.А-2, Вит.С-57, Вит.РР-4, Na-2895, К-1425, Са-129, Mg-78, P-234, Fe-4			141

60 родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/12	Каша ячневая с маслом сливочным	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	Чай с молоком	8-87
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/30гр.	Пироженое Тими	18-70
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-89
ЭЦ-557, Б-14, Ж-13, У-95, Вит.С-2, Na-604, К-275, Са-194, Mg-29, P-166, Fe-1			60

Руководитель

Зав.производством