

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-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<i>Яйцо отварное</i>	20-80
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	26-17
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-87
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	18-31
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/10/6	<i>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</i>	27-85
ЭЦ-477, Б-21, Ж-33, У-8, Вит.С-2, На-2106, К-50, Са-32, Mg-6, P-32, Fe-1	.090	<i>Шницель рубленый Дружба</i>	79-52
	.030	<i>Фасоль печеная</i>	10-80
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, На-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	<i>Картофельное пюре</i>	25-78
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-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1413, Б-41, Ж-76, У-128, Вит.А-1, Вит.С-47, Вит.РР-4, На-4635, К-1476, Са-353, Mg-116, P-483, Fe-7			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<i>Яйцо отварное</i>	20-80
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/10	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	33-68
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-87
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	25-97
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-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, На-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	<i>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</i>	32-43
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	<i>Тефтели с соусом</i>	72-34
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	<i>Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным</i>	29-33
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-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1520, Б-41, Ж-65, У-193, Вит.А-13002, Вит.С-71, Вит.РР-7, На-6516, К-1776, Са-596, Mg-220, P-697, Fe-9			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-477, Б-21, Ж-33, У-8, Вит.С-2, На-2106, К-50, Са-32, Mg-6, P-32, Fe-1	.090	<i>Шницель рубленый Дружба</i>	79-52
	.030	<i>Фасоль печеная</i>	10-80
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, На-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	<i>Картофельное пюре</i>	25-78
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-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-717, Б-25, Ж-39, У-51, Вит.С-28, Вит.РР-2, На-3316, К-839, Са-90, Mg-43, P-139, Fe-3			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, На-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	<i>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</i>	32-43
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	<i>Тефтели с соусом</i>	72-34
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	<i>Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным</i>	29-33
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-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-758, Б-26, Ж-31, У-94, Вит.А-2, Вит.С-28, Вит.РР-4, На-5859, К-635, Са-144, Mg-58, P-180, Fe-4			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	26-20
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-87
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	24-93
ЭЦ-556, Б-16, Ж-20, У-79, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-834, К-351, Са-403, Mg-64, P-347, Fe-3			60

Руководитель
Зав. производством

