

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, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/11	Каша манная с маслом сливочным	33-18
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-78
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, Na-828, K-436, Ca-35, Mg-25, P-88, Fe-1	.200/15/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	34-23
ЭЦ-583, Б-22, Ж-33, У-49, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, K-238, Ca-228, Mg-39, P-334, Fe-1	.150/35	Запеканка творожная с повидлом	116-10
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-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-1334, Б-44, Ж-62, У-151, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-4, Na-1440, K-1107, Ca-543, Mg-109, P-730, Fe-5			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	26-84
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, K-254, Ca-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/15	Каша манная с маслом сливочным	43-54
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-78
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печеньё "Полезный завтрак"	13-03
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, K-545, Ca-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	37-69
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, K-79, Ca-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	20-60
ЭЦ-602, Б-13, Ж-41, У-6, Вит.С-5, Na-4, K-91, Ca-7, Mg-6, P-17	.060/60	Гуляш из птицы	75-81
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-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-1992, Б-57, Ж-88, У-205, Вит.А-1, Вит.С-25, Вит.РР-4, Na-4499, K-1259, Ca-607, Mg-116, P-662, Fe-6			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-583, Б-22, Ж-33, У-49, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, K-238, Ca-228, Mg-39, P-334, Fe-1	.150/35	Запеканка творожная с повидлом	116-10
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-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-667, Б-23, Ж-33, У-70, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-68, K-263, Ca-233, Mg-43, P-342, Fe-2			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, K-545, Ca-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	37-69
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, K-79, Ca-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	20-60
ЭЦ-602, Б-13, Ж-41, У-6, Вит.С-5, Na-4, K-91, Ca-7, Mg-6, P-17	.060/60	Гуляш из птицы	75-81
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-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-1135, Б-27, Ж-58, У-89, Вит.А-1, Вит.С-22, Вит.РР-3, Na-3481, K-740, Ca-91, Mg-53, P-196, Fe-3			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, K-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/7	Каша манная с маслом сливочным	27-78
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	9-47
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, K-32, Ca-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-95
ЭЦ-541, Б-16, Ж-20, У-76, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-661, K-392, Ca-226, Mg-42, P-285, Fe-3			60

Руководитель

Зав.производством