

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витаминны (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
---	-------	--------------------	-------------------

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/9	Каша гречневая с маслом сливочным	32-69
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	9-47
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	19-84
ЭЦ-314, Б-30, Ж-6, У-37, Вит.РР-1, Na-249, К-76, Са-18, Mg-11, P-58, Fe-1	.075	Пирог Дружная семейка	19-29
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/10	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	20-71
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	31-74
ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-150, Са-36, Mg-13, P-26, Fe-1	.050	Капуста тушеная	12-35
ЭЦ-296, Б-21, Ж-19, У-11, Вит.С-1, Na-40, К-45, Са-18, Mg-4, P-28	.090	Котлета рыбная Лада	69-02
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	6-88
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1621, Б-73, Ж-63, У-195, Вит.А-2, Вит.С-76, Вит.РР-8, Na-2470, К-1909, Са-376, Mg-229, P-607, Fe-9			225

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-383, Б-11, Ж-14, У-52, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-418, Са-165, Mg-142, P-299, Fe-4	.250/12	Каша гречневая с маслом сливочным	40-72
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	9-47
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	19-84
ЭЦ-314, Б-30, Ж-6, У-37, Вит.РР-1, Na-249, К-76, Са-18, Mg-11, P-58, Fe-1	.075	Пирог Дружная семейка	19-29
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	28-68
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/10	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	24-26
ЭЦ-382, Б-23, Ж-26, У-14, Вит.РР-9, Na-156, К-264, Са-45, Mg-25, P-216, Fe-2	.083	Котлета из филе цыпленка бр.	65-75
ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-150, Са-36, Mg-13, P-26, Fe-1	.050	Капуста тушеная	12-35
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	31-74
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	.1к31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1843, Б-78, Ж-74, У-219, Вит.А-13001, Вит.С-119, Вит.РР-18, Na-2836, К-3042, Са-615, Mg-366, P-1031, Fe-14			259

1-4 класс

ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	31-74
ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-150, Са-36, Mg-13, P-26, Fe-1	.050	Капуста тушеная	12-35
ЭЦ-296, Б-21, Ж-19, У-11, Вит.С-1, Na-40, К-45, Са-18, Mg-4, P-28	.090	Котлета рыбная Лада	69-02
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	6-88
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-645, Б-27, Ж-27, У-76, Вит.А-1, Вит.С-61, Вит.РР-4, Na-1263, К-994, Са-139, Mg-71, P-182, Fe-3			123

5-11 класс

ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/10	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	24-26
ЭЦ-382, Б-23, Ж-26, У-14, Вит.РР-9, Na-156, К-264, Са-45, Mg-25, P-216, Fe-2	.083	Котлета из филе цыпленка бр.	65-75
ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-150, Са-36, Mg-13, P-26, Fe-1	.050	Капуста тушеная	12-35
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	31-74
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	.1к31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-829, Б-34, Ж-40, У-84, Вит.А-1, Вит.С-76, Вит.РР-14, Na-1992, К-1708, Са-165, Mg-102, P-438, Fe-6			141

60 родительская плата

ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/10	Каша гречневая с маслом сливочным	33-56
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-89
ЭЦ-314, Б-30, Ж-6, У-37, Вит.РР-1, Na-249, К-76, Са-18, Mg-11, P-58, Fe-1	.075	Пирог Дружная семейка	19-29
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-824, Б-43, Ж-18, У-123, Вит.С-1, Вит.РР-3, Na-924, К-490, Са-165, Mg-136, P-342, Fe-6			60

Руководитель

Зав.производством