

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-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/8	Каша манная с маслом сливочным	28-67
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	21-33
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	13-89
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-159, Б-5, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-410, Са-32, Mg-23, P-66, Fe-1	.200/10/10	Рассольник Ленингр. с мясом. сметан	35-10
ЭЦ-179, Б-10, Ж-13, У-5, Вит.С-1, Вит.РР-4, Na-171, К-142, Са-30, Mg-13, P-98, Fe-1	.065/50	Фрикадельки из курицы с соусом	69-35
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/50	Макаронные изделия отварные с фасолью консервированной	38-64
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1228, Б-36, Ж-45, У-169, Вит.А-1, Вит.С-45, Вит.РР-11, Na-3919, К-979, Са-350, Mg-83, P-442, Fe-4			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-254, Са-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/14	Каша манная с маслом сливочным	42-14
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	21-33
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	13-89
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-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварно	20-80
ЭЦ-199, Б-7, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1023, К-512, Са-40, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/6	Рассольник Ленингр. с мясом. сметан	40-32
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	38-15
ЭЦ-253, Б-14, Ж-16, У-14, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2091, К-111, Са-36, Mg-11, P-40, Fe-1	.070/50	Тефтели с соусом	55-69
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1600, Б-48, Ж-71, У-190, Вит.А-2, Вит.С-56, Вит.РР-7, Na-5377, К-2056, Са-461, Mg-135, P-605, Fe-7			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-179, Б-10, Ж-13, У-5, Вит.С-1, Вит.РР-4, Na-171, К-142, Са-30, Mg-13, P-98, Fe-1	.065/50	Фрикадельки из курицы с соусом	69-35
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/50	Макаронные изделия отварные с фасолью консервированной	38-64
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-492, Б-17, Ж-19, У-63, Вит.С-29, Вит.РР-9, Na-2612, К-219, Са-66, Mg-24, P-157, Fe-2			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-199, Б-7, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1023, К-512, Са-40, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/6	Рассольник Ленингр. с мясом. сметан	40-32
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	38-15
ЭЦ-253, Б-14, Ж-16, У-14, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2091, К-111, Са-36, Mg-11, P-40, Fe-1	.070/50	Тефтели с соусом	55-69
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-770, Б-27, Ж-34, У-88, Вит.А-2, Вит.С-53, Вит.РР-6, Na-4722, К-1594, Са-151, Mg-88, P-270, Fe-5			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	33-02
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	9-83
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	13-89
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-634, Б-16, Ж-15, У-107, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-700, К-355, Са-207, Mg-40, P-219, Fe-3			60

Руководитель

Зав.производством