

Меню Школа № 10

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

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/18	Бутерброд с сыром	26-06
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша ячневая с маслом сливочным	33-89
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	21-33
ЭЦ-291, Б-8, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, На-304, К-100, Са-20, Mg-12, P-76, Fe-1	0.120	Булочка Сладкая	36-72
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	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	35-75
ЭЦ-397, Б-17, Ж-14, У-48, Вит.С-56, Вит.РР-5, На-91, К-1578, Са-32, Mg-65, P-167, Fe-3	.175/50	Запеканка картоф. с мясом, соусом	95-40
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1644, Б-50, Ж-52, У-239, Вит.А-1, Вит.С-80, Вит.РР-7, На-2503, К-2476, Са-599, Mg-158, P-667, Fe-7			259

5-11 класс

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	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	35-75
ЭЦ-397, Б-17, Ж-14, У-48, Вит.С-56, Вит.РР-5, На-91, К-1578, Са-32, Mg-65, P-167, Fe-3	.175/50	Запеканка картоф. с мясом, соусом	95-40
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-683, Б-22, Ж-21, У-98, Вит.А-1, Вит.С-77, Вит.РР-6, На-1239, К-1988, Са-97, Mg-98, P-253, Fe-5			141

Свободная продажа

ЭЦ-281, Б-2, Ж-27, У-8, Вит.А-2, Вит.С-7, Вит.РР-1, На-216, К-226, Са-33, Mg-22, P-53, Fe-1	.120	Сельдь с овощами	46-20
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, На-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	42-33
ЭЦ-538, Б-36, Ж-43, У-1, Вит.РР-15, На-2461, К-385, Са-57, Mg-37, P-330, Fe-3	0.100	Цыпленок жаренный	81-84
ЭЦ-418, Б-23, Ж-23, У-29, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, На-4664, К-120, Са-60, Mg-14, P-47, Fe-1	.090/5	Котлета мясная с маслом	78-41
ЭЦ-276, Б-13, Ж-8, У-37, Вит.РР-1, На-374, К-74, Са-15, Mg-9, P-48, Fe-1	0.100	Расстегай Московский	42-50
ЭЦ-291, Б-8, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, На-304, К-100, Са-20, Mg-12, P-76, Fe-1	0.120	Булочка Сладкая	36-72
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, На-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	6-09
ЭЦ-2069, Б-94, Ж-117, У-168, Вит.А-3, Вит.С-50, Вит.РР-26, На-9649, К-2966, Са-464, Mg-324, P-1032, Fe-43			

Руководитель

Зав. производством