

Меню Школа № 10

эп. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	30-87
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-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	3-01
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	13-89
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, На-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	32-90
ЭЦ-6, У-1, Вит.С-2, На-45, К-64, Са-10, Mg-6, P-11	.025	Нарезка из огурцов конс.	12-51
ЭЦ-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6, На-94, К-530, Са-50, Mg-81, P-296, Fe-2	.060/150	Плов по - узбекски	103-65
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1371, Б-44, Ж-53, У-178, Вит.А-6, Вит.С-33, Вит.РР-7, На-1358, К-1188, Са-354, Mg-140, P-557, Fe-4			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша ячневая с маслом сливочным	43-16
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-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	13-89
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 Сладена	36-61
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	36-55
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	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	21-75
ЭЦ-187, Б-13, Ж-12, У-7, Вит.С-1, Вит.РР-2, На-1318, К-16, Са-16, Mg-2, P-8	.085	Котлета мясная	73-28
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный	5-16
ЭЦ-1753, Б-56, Ж-55, У-257, Вит.А-1, Вит.С-36, Вит.РР-6, На-5777, К-973, Са-424, Mg-97, P-462, Fe-5			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-6, У-1, Вит.С-2, На-45, К-64, Са-10, Mg-6, P-11	.025	Нарезка из огурцов конс.	12-51
ЭЦ-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6, На-94, К-530, Са-50, Mg-81, P-296, Fe-2	.060/150	Плов по - узбекски	103-65
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-685, Б-25, Ж-29, У-80, Вит.А-5, Вит.С-7, Вит.РР-6, На-296, К-648, Са-71, Mg-95, P-335, Fe-3			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	36-55
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	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	21-75
ЭЦ-187, Б-13, Ж-12, У-7, Вит.С-1, Вит.РР-2, На-1318, К-16, Са-16, Mg-2, P-8	.085	Котлета мясная	73-28
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб народный	5-16
ЭЦ-832, Б-32, Ж-30, У-109, Вит.А-1, Вит.С-33, Вит.РР-5, На-4877, К-545, Са-130, Mg-53, P-182, Fe-4			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	31-83
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	11-27
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-531, Б-15, Ж-14, У-86, Вит.С-2, На-487, К-291, Са-243, Mg-28, P-181			60

Руководитель

Зав.производством

