

Меню Школа № 10

зн. 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-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/7	Каша рисовая с маслом сливочным	31-15
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	11-27
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-802, K-313, Ca-45, Mg-23, P-70, Fe-1	.200/15/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	26-85
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, K-306, Ca-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/25	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	31-75
ЭЦ-307, Б-17, Ж-25, У-6, Вит.РР-7, Na-1469, K-202, Ca-42, Mg-18, P-169, Fe-2	.060/60	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	83-98
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-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-1671, Б-54, Ж-74, У-200, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-12, Na-4427, K-1298, Ca-406, Mg-268, P-856, Fe-12			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-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, K-242, Ca-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/13	Каша рисовая с маслом сливочным	45-32
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	11-27
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	28-68
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, K-391, Ca-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/15/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	32
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, K-306, Ca-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/25	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	31-75
ЭЦ-256, Б-14, Ж-21, У-5, Вит.РР-6, Na-1224, K-169, Ca-35, Mg-15, P-141, Fe-1	.050/50	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	69-98
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-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-1824, Б-53, Ж-76, У-235, Вит.А-13001, Вит.С-64, Вит.РР-13, Na-4513, K-2132, Ca-642, Mg-380, P-1066, Fe-14			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, K-306, Ca-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/25	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	31-75
ЭЦ-307, Б-17, Ж-25, У-6, Вит.РР-7, Na-1469, K-202, Ca-42, Mg-18, P-169, Fe-2	.060/60	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	83-98
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-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-791, Б-28, Ж-43, У-77, Вит.РР-8, Na-2839, K-533, Ca-78, Mg-182, P-418, Fe-8			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, K-391, Ca-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/15/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	32
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, K-306, Ca-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/25	Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.	31-75
ЭЦ-256, Б-14, Ж-21, У-5, Вит.РР-6, Na-1224, K-169, Ca-35, Mg-15, P-141, Fe-1	.050/50	Филе цыпленка, тушенные в сметанном соусе	69-98
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-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-919, Б-30, Ж-51, У-90, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-9, Na-3597, K-891, Ca-127, Mg-208, P-478, Fe-9			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/15	Каша рисовая с маслом сливочным	43-81
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-607, Б-13, Ж-13, У-107, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-681, K-272, Ca-145, Mg-48, P-205, Fe-3			60

Руководитель

Зав. производством