

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-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3 | .31,25/10 | Бутерброд с маслом сливочным | 19-84 |
| ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-43Р, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3 | .200/10 | Каша гречневая с маслом сливочным | 35-19 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-26 |
| ЭЦ-224, Б-5, Ж-12, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-2, Na-620, К-594, Са-77, Mg-53, P-102, Fe-2 | .200/10/10 | Рассольник Домашний с мясом, сметан | 40-13 |
| ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20 | .1к/31,25г | Хлеб народный | 2-58 |
| ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1 | .180/35 | Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой | 32-99 |
| ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, К-109, Са-44, Mg-10, P-57, Fe-1 | .090/50 | Зразы рубленые с соусом | 75-43 |
| ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | Напиток Витошка | 12 |
| ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20 | .1к/31,25г | Хлеб народный | 2-58 |
| ЭЦ-1462, Б-41, Ж-61, У-178, Вит.А-7, Вит.С-60, Вит.РР-10, Na-4883, К-1200, Са-308, Mg-200, P-508, Fe-8 | | | 225 |
| <u>ОВЗ 5-11 класс</u> | | | |
| ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1 | .1шт | Яйцо отварное | 20-80 |
| ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3 | .31,25/10 | Бутерброд с маслом сливочным | 19-84 |
| 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 | 41-84 |
| 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-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 1кор | 28-68 |
| ЭЦ-280, Б-6, Ж-15, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-775, К-742, Са-96, Mg-66, P-127, Fe-2 | .250/10/10 | Рассольник Домашний с мясом, сметан | 46-41 |
| ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1 | .180/20 | Рис припущенный с овощам, зеленым горошком | 33-87 |
| ЭЦ-235, Б-13, Ж-15, У-13, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1942, К-103, Са-33, Mg-11, P-37, Fe-1 | .065/50 | Тефтели с соусом | 53-45 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-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-1690, Б-44, Ж-69, У-214, Вит.А-13011, Вит.С-82, Вит.РР-8, Na-4194, К-2240, Са-554, Mg-372, P-870, Fe-13 | | | 259 |
| <u>1-4 класс</u> | | | |
| ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1 | .180/35 | Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой | 32-99 |
| ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1070, К-109, Са-44, Mg-10, P-57, Fe-1 | .090/50 | Зразы рубленые с соусом | 75-43 |
| ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | Напиток Витошка | 12 |
| ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20 | .1к/31,25г | Хлеб народный | 2-58 |
| ЭЦ-662, Б-24, Ж-26, У-82, Вит.С-32, Вит.РР-7, Na-3667, К-215, Са-86, Mg-25, P-136, Fe-2 | | | 123 |
| <u>5-11 класс</u> | | | |
| ЭЦ-280, Б-6, Ж-15, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-775, К-742, Са-96, Mg-66, P-127, Fe-2 | .250/10/10 | Рассольник Домашний с мясом, сметан | 46-41 |
| ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1 | .180/20 | Рис припущенный с овощам, зеленым горошком | 33-87 |
| ЭЦ-235, Б-13, Ж-15, У-13, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1942, К-103, Са-33, Mg-11, P-37, Fe-1 | .065/50 | Тефтели с соусом | 53-45 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-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-879, Б-25, Ж-38, У-103, Вит.А-11, Вит.С-40, Вит.РР-5, Na-3412, К-967, Са-153, Mg-117, P-279, Fe-5 | | | 141 |
| <u>60 родительская плата</u> | | | |
| 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 | 33-58 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-26 |
| ЭЦ-359, Б-7, Ж-12, У-55, Вит.РР-1, Na-249, К-87, Са-16, Mg-11, P-61, Fe-1 | .095 | Булочка Домашняя | 22-16 |
| ЭЦ-722, Б-16, Ж-23, У-112, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-688, К-447, Са-153, Mg-129, P-308, Fe-5 | | | 60 |

Руководитель

Зав. производством