

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-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	32-24
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-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-154, Б-6, Ж-7, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-487, К-389, Са-26, Mg-20, P-57, Fe-1	.200/10	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	29-98
ЭЦ-8, У-1, Вит.С-5, Na-4, К-78, Са-13, Mg-8, P-23	.055	Нарезка овощная (огурец)	15-53
ЭЦ-503, Б-21, Ж-26, У-45, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-86, К-486, Са-46, Mg-74, P-271, Fe-2	.055/150	Плов по - узбекски	97-47
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-99
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1504, Б-46, Ж-62, У-190, Вит.А-7, Вит.С-25, Вит.РР-7, Na-1069, К-1282, Са-362, Mg-151, P-564, Fe-4			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	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	28-26
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/17	Каша пшеничная с маслом сливочным	47-61
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-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, К-486, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/10	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	32-19
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре с нарезкой из св. огурцов	43-04
ЭЦ-353, Б-15, Ж-25, У-6, Вит.С-1, Na-1475, К-37, Са-24, Mg-4, P-25	.063	Шницель рубленый Дружба	58-50
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-1580, Б-47, Ж-79, У-160, Вит.А-1, Вит.С-52, Вит.РР-4, Na-4189, К-1850, Са-423, Mg-110, P-510, Fe-5			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-8, У-1, Вит.С-5, Na-4, К-78, Са-13, Mg-8, P-23	.055	Нарезка овощная (огурец)	15-53
ЭЦ-503, Б-21, Ж-26, У-45, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-86, К-486, Са-46, Mg-74, P-271, Fe-2	.055/150	Плов по - узбекски	97-47
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-99
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-661, Б-23, Ж-26, У-83, Вит.А-6, Вит.С-10, Вит.РР-6, Na-94, К-599, Са-91, Mg-103, P-323, Fe-3			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, К-486, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/10	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	32-19
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре с нарезкой из св. огурцов	43-04
ЭЦ-353, Б-15, Ж-25, У-6, Вит.С-1, Na-1475, К-37, Са-24, Mg-4, P-25	.063	Шницель рубленый Дружба	58-50
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-815, Б-27, Ж-41, У-74, Вит.А-1, Вит.С-49, Вит.РР-4, Na-3536, К-1460, Са-124, Mg-73, P-222, Fe-4			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/11	Каша пшеничная с маслом сливочным	34-32
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-89, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-96
ЭЦ-604, Б-16, Ж-16, У-99, Вит.С-2, Na-604, К-276, Са-194, Mg-29, P-166, Fe-1			60

Руководитель

Зав.производством