

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость в питания
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Ca-2, P-3	.31,25/11	Бутерброд с маслом сливочным	21-02
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	30-48
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-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-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, К-266, Ca-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	30-56
ЭЦ-248, Б-4, Ж-7, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-617, К-86, Ca-17, Mg-32, P-95, Fe-1	.160	Рис припущенный с овощами	19-45
ЭЦ-326, Б-18, Ж-20, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2689, К-143, Ca-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	93-35
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1521, Б-45, Ж-60, У-201, Вит.А-3, Вит.С-19, Вит.РР-6, Na-4280, К-823, Ca-362, Mg-110, P-398, Fe-4			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20/	Бутерброд с сыром и маслом сл.	43-04
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Ca-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша ячневая с маслом сливочным	41-96
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	11-27
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/50гр.	Печенье "Супер Котик"	21-73
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-332, Ca-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	33-12
ЭЦ-278, Б-15, Ж-17, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2301, К-122, Ca-40, Mg-13, P-44, Fe-1	.077/50	Тефтели с соусом	79-85
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Ca-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	20-76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-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-1555, Б-55, Ж-55, У-213, Вит.А-2, Вит.С-20, Вит.РР-4, Na-6305, К-945, Ca-591, Mg-94, P-499, Fe-5			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-248, Б-4, Ж-7, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-617, К-86, Ca-17, Mg-32, P-95, Fe-1	.160	Рис припущенный с овощами	19-45
ЭЦ-326, Б-18, Ж-20, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2689, К-143, Ca-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	93-35
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-724, Б-24, Ж-27, У-97, Вит.А-2, Вит.С-8, Вит.РР-5, Na-3310, К-264, Ca-95, Mg-68, P-175, Fe-3			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-332, Ca-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	33-12
ЭЦ-278, Б-15, Ж-17, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2301, К-122, Ca-40, Mg-13, P-44, Fe-1	.077/50	Тефтели с соусом	79-85
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Ca-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	20-76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-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-813, Б-31, Ж-32, У-104, Вит.А-2, Вит.С-17, Вит.РР-4, Na-5345, К-558, Ca-109, Mg-46, P-161, Fe-4			141
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/18	Каша ячневая с маслом сливочным	44-06
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-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-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-467, Б-11, Ж-10, У-81, Вит.С-1, Na-438, К-170, Ca-128, Mg-18, P-99, Fe-1			60

Руководитель

Зав.производством