

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, На-1, К-2, Са-2, Р-2	.31,25/12	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	24-08
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	30-48
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-98
ЭЦ-100, Б-3, У-20	<i>1шт/24гр.</i>	<i>Печенье "Земляничное"</i>	8-67
ЭЦ-120, Б-4, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, На-490, К-396, Са-20, Mg-21, P-65, Fe-1	.200/15/10	<i>Суп картоф.с макаронными изд.,цыпл. со сметаной</i>	27-79
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	<i>Рис припущенный с овощами</i>	31-13
ЭЦ-500, Б-11, Ж-31, У-21, Вит.А-1, Вит.С-4, На-3229, К-104, Са-43, Mg-12, P-36, Fe-1	.090/50	<i>Котлета мясная с соусом</i>	85-40
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-89
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-58
ЭЦ-1674, Б-37, Ж-69, У-201, Вит.А-3, Вит.С-21, Вит.РР-3, На-5058, К-944, Са-338, Mg-105, P-420, Fe-4			225
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<i>Яйцо отварное</i>	20-80
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/20	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	35-25
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	42-30
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-98
ЭЦ-100, Б-3, У-20	<i>1шт/24гр.</i>	<i>Печенье "Земляничное"</i>	8-67
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/15/10	<i>Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка со сметаной</i>	31-19
ЭЦ-378, Б-8, Ж-23, У-16, Вит.А-1, Вит.С-3, На-2440, К-79, Са-33, Mg-9, P-27, Fe-1	.068/50	<i>Котлета мясная с соусом</i>	64-55
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	<i>Картофельное пюре</i>	37-99
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1593, Б-41, Ж-70, У-180, Вит.А-2, Вит.С-54, Вит.РР-4, На-5161, К-1914, Са-427, Mg-117, P-531, Fe-6			259
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	<i>Рис припущенный с овощами</i>	31-13
ЭЦ-500, Б-11, Ж-31, У-21, Вит.А-1, Вит.С-4, На-3229, К-104, Са-43, Mg-12, P-36, Fe-1	.090/50	<i>Котлета мясная с соусом</i>	85-40
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-89
ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-58
ЭЦ-911, Б-18, Ж-39, У-98, Вит.А-2, Вит.С-6, Вит.РР-1, На-4080, К-255, Са-73, Mg-56, P-171, Fe-3			123
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/15/10	<i>Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка со сметаной</i>	31-19
ЭЦ-378, Б-8, Ж-23, У-16, Вит.А-1, Вит.С-3, На-2440, К-79, Са-33, Mg-9, P-27, Fe-1	.068/50	<i>Котлета мясная с соусом</i>	64-55
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	<i>Картофельное пюре</i>	37-99
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-813, Б-19, Ж-36, У-84, Вит.А-2, Вит.С-51, Вит.РР-4, На-4508, К-1526, Са-128, Mg-80, P-243, Fe-5			141

Руководитель

Зав.производством