

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость
			б питания

1-4 класс

ЭЦ-583, Б-22, Ж-33, У-49, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.150/32	Запеканка творожная с повидлом	122-73
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-667, Б-23, Ж-33, У-70, Вит.С-1, Вит.РР-1,			130

5-11 класс

ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Ca-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/15	Суп картоф. с крупой, рыбой	29-18
ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Ca-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.150	Картофельное пюре	27-01
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.050	Капуста тушеная	8-70
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Ca-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.100	Шницель мясной	76-84
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-862, Б-20, Ж-42, У-74, Вит.А-1, Вит.С-77,			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Ca-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Ca-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, ЭЦ-583, Б-22, Ж-33, У-49, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	32-82
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Ca-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, ЭЦ-583, Б-22, Ж-33, У-49, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.31,25/23	Бутерброд с сыром	33-60
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, ЭЦ-583, Б-22, Ж-33, У-49, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/15	Суп картоф. с крупой, рыбой	29-18
ЭЦ-583, Б-22, Ж-33, У-49, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.150/32	Запеканка творожная с повидлом	122-73
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-1372, Б-47, Ж-57, У-166, Вит.А-1, Вит.С-20,			238

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Ca-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Ca-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Ca-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Ca-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/12	Каша ячневая с маслом сливочным	39-64
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Ca-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Ca-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Ca-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.31,25/25	Бутерброд с сыром	35-85
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Ca-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Ca-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.100	Ватрушка с творогом	37-11
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Ca-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/15	Суп картоф. с крупой, рыбой	29-18
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Ca-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.150	Картофельное пюре	27-01
ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Ca-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.050	Капуста тушеная	8-70
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Ca-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.100	Шницель мясной	76-84
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-1743, Б-47, Ж-71, У-202, Вит.А-1, Вит.С-80,			274

60 родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Ca-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Ca-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, ЭЦ-507, Б-15, Ж-16, У-74, Вит.С-1, Na-802, К-	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	32-82
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, ЭЦ-507, Б-15, Ж-16, У-74, Вит.С-1, Na-802, К-	.31,25/15	Бутерброд с сыром	22-92
			60

Руководитель

Зав.производством

