

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, На-463, К-	.177/5	Омлет натуральный с маслом	94-34
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16,	.31,25./16	Бутерброд с сыром	23-26
ЭЦ-567, Б-29, Ж-32, У-42, Вит.В2-1, Вит.С-2, На-			130

5-11 класс

ЭЦ-589, Б-13, Ж-33, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, На-52,	.050/200	Жаркое по-домашнему	98-56
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16,	.31,25./20	Бутерброд с сыром	29-28
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	13-89
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-940, Б-25, Ж-39, У-91, Вит.С-42, Вит.РР-2,			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-444,	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	38-27
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65,	.200	Чай с молоком	10-55
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	29-53
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2,	.200/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	29-65
ЭЦ-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, На-463, К-	.177/5	Омлет натуральный с маслом	94-34
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16,	.31,25./16	Бутерброд с сыром	23-26
ЭЦ-1226, Б-42, Ж-63, У-125, Вит.А-1, Вит.В2-1,			238

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-554,	.250/15	Каша рисовая с маслом сливочным	52-25
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65,	.200	Чай с молоком	10-55
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	29-53
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2,	.250/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	32-67
ЭЦ-589, Б-13, Ж-33, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, На-52,	.050/200	Жаркое по-домашнему	98-56
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16,	.31,25./20	Бутерброд с сыром	29-28
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	13-89
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1708, Б-41, Ж-74, У-188, Вит.А-1, Вит.С-62,			274

60 родительская плата

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-444,	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	38-27
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный завтрак"	14-22
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-	.050	Булка формовая	3-25
ЭЦ-607, Б-13, Ж-13, У-107, Вит.С-1, Вит.РР-2,			60

Руководитель

Зав. производством

