

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-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, K-255, ЭЦ-307, Б-17, Ж-19, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.150/20 .085/50 .200	Каша гречневая рассыпчатая с Тефтели с соусом Напиток Витошка	28-03 86-96 12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-701, Б-26, Ж-34, У-73, Вит.А-1, Вит.С-34,			130

5-11 класс

ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, K- ЭЦ-1000, Б-18, Ж-58, У-64, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР- ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.100 .060/200 .200/15/7	Салат из свежей капусты Плов по - узбекски Чай с сахаром, лимоном	13-11 107-92 8-38
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/50гр.	Печенье "Школьная шпаргалка"	16-58
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1237, Б-23, Ж-61, У-111, Вит.А-7, Вит.С-20,			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, ЭЦ-139, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-1, ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, K-255, ЭЦ-307, Б-17, Ж-19, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.031,25/15 .200/10 .200 .200/15/10 .150/20 .085/50 .200	Бутерброд с сыром Каша манная с маслом сливочным Чай с молоком Суп из овощей с мясом, сметаной Каша гречневая рассыпчатая с Тефтели с соусом Напиток Витошка	21-40 34-34 10-55 41-71 28-03 86-96 12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1363, Б-45, Ж-61, У-159, Вит.А-2, Вит.С-55,			238

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/5 .200/15	Каша манная с маслом сливочным Чай с сахаром	30-42 4-26
ЭЦ-2, Вит.С-1, Na-1, K-12, Ca-1	1 шт.	Мандарин	19-15
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, ЭЦ-167, Б-4, Ж-4, У-28, Вит.РР-1, Na-182, K-58, Ca- ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, K- ЭЦ-1000, Б-18, Ж-58, У-64, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР- ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/15/10 .070 .100 .060/200 .200/15/7	Суп из овощей с мясом, сметаной Ватрушка с творогом Салат из свежей капусты Плов по - узбекски Чай с сахаром, лимоном	45-18 25-99 13-11 107-92 8-38
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/50гр.	Печенье "Школьная шпаргалка"	16-58
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-2013, Б-42, Ж-91, У-217, Вит.А-8, Вит.С-47,			274

60 родительская плата

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/10 .200/15	Каша манная с маслом сливочным Чай с сахаром	34-34 4-26
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, ЭЦ-494, Б-12, Ж-16, У-74, Вит.С-1, Вит.РР-1,	.031,25/15	Бутерброд с сыром	21-40
			60

Руководитель

Зав. производством

