

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-548, Б-12, Ж-32, У-26, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.050/200	Жаркое по-домашнему	90-89
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, Fe-1	.031,25/25	Бутерброд с сыром	34-85
ЭЦ-741, Б-17, Ж-36, У-59, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1			130

5-11 класс

ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.250/10	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	21-53
ЭЦ-274, Б-16, Ж-22, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-7, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.090	Колбаски витаминные	84-39
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.180/20	Рис припущенный с овощам, зеленым	35-81
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-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-802, Б-28, Ж-36, У-93, Вит.А-3, Вит.С-20, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-100, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	32-79
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-55
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, K-34, Ca-7, Mg-4, P-8, Fe-1	.031,25/14	Бутерброд с маслом сливочным	25-82
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.200/10	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	18-04
ЭЦ-548, Б-12, Ж-32, У-26, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.050/200	Жаркое по-домашнему	90-89
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, Fe-1	.031,25/25	Бутерброд с сыром	34-85
ЭЦ-1445, Б-38, Ж-64, У-151, Вит.А-1, Вит.С-50, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1			238

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, K-181, Ca-100, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.250/12	Каша ячневая с маслом сливочным	40-86
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-55
ЭЦ-413, Б-8, Ж-7, У-80, Вит.РР-2, Na-308, K-173, Ca-100, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.120	Гребешок с повидлом	24-50
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, Fe-1	.031,25/20	Бутерброд с сыром	28-29
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.250/10	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	21-53
ЭЦ-274, Б-16, Ж-22, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-7, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.090	Колбаски витаминные	84-39
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.180/20	Рис припущенный с овощам, зеленым	35-81
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-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-1857, Б-57, Ж-67, У-258, Вит.А-3, Вит.С-23, Na-43, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1			274

60 родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-100, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	32-79
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-100, Б-3, Ж-1, У-20, Na-160, K-37, Ca-7, Mg-5, P-8, Fe-1	.034	Булка формовая	2-15
ЭЦ-506, Б-15, Ж-16, У-75, Вит.С-1, Na-654, K-100, Mg-10, K-25, Ca-5, Fe-1			60

Руководитель

Зав.производством

