

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-516, Б-22, Ж-32, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-3, Na-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-8, Fe-1	.053/53	Бефстроганов	101-08
ЭЦ-238, Б-6, Ж-5, У-40, Вит.РР-1, Na-2238, К-72, Са-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-8, Fe-1	.165	Макаронные изделия отварные	19-52
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-904, Б-30, Ж-37, У-109, Вит.А-1, Вит.С-2,			130
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-192, Б-1, Ж-20, У-2, Вит.С-8, Na-394, К-114, Са-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-8, Fe-1	.100	Салат из свежих огурцов	27-22
ЭЦ-176, Б-7, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-3, Na-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-8, Fe-1	.250/10/8	Суп картоф. с крупой, курой,	23-21
ЭЦ-286, Б-22, Ж-15, У-16, Na-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-8, Fe-1	.100	Котлета Рыбная	55-88
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.180	Картофельное пюре	32-41
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-952, Б-36, Ж-50, У-88, Вит.А-1, Вит.С-56,			149
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-107, Б-1, У-26, Вит.РР-1, К-46, Са-4, Mg-3, P-5	.31,25/30/	Бутерброд с повидлом и маслом сл.	28-78
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	34-31
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-141, Б-6, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-3, Na-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-8, Fe-1	.200/10/6	Суп картоф. с крупой, курой,	19-85
ЭЦ-516, Б-22, Ж-32, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-3, Na-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-8, Fe-1	.053/53	Бефстроганов	101-08
ЭЦ-238, Б-6, Ж-5, У-40, Вит.РР-1, Na-2238, К-72, Са-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-8, Fe-1	.165	Макаронные изделия отварные	19-52
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1576, Б-49, Ж-61, У-205, Вит.А-2, Вит.С-16,			238
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	29-53
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/10	Каша манная с маслом сливочным	38-47
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-311, Б-3, Ж-20, У-32, Na-36, К-40, Са-19, Mg-4, P-5	.060	Пирожное Черемушка	31-94
ЭЦ-192, Б-1, Ж-20, У-2, Вит.С-8, Na-394, К-114, Са-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-8, Fe-1	.100	Салат из свежих огурцов	27-22
ЭЦ-176, Б-7, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-3, Na-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-8, Fe-1	.250/10/8	Суп картоф. с крупой, курой,	23-21
ЭЦ-286, Б-22, Ж-15, У-16, Na-167, К-17, Са-4, Mg-3, P-8, Fe-1	.100	Котлета Рыбная	55-88
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.180	Картофельное пюре	32-41
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-1901, Б-54, Ж-102, У-192, Вит.А-1, Вит.С-			274
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.31,25/14	Бутерброд с сыром	21-40
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	34-34
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-525, Б-15, Ж-18, У-75, Вит.С-1, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав.производством

