

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-294, Б-16, Ж-16, У-21, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.095/50	Шницель мясной с соусом	90-80
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.100	Картофельное пюре	18-01
ЭЦ-550, Б-21, Ж-22, У-66, Вит.А-1, Вит.С-73,	.080	Капуста тушеная	13-92
	.200/15	Чай с сахаром	4-26
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
			130

5-11 класс

ЭЦ-153, Б-2, Ж-8, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, ЭЦ-307, Б-17, Ж-25, У-6, Вит.РР-7, Na-1469, К-202, ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/10	Рассольник Ленинградский со	26-13
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.060/60	Филе цыпленка, тушенные в	80-66
ЭЦ-743, Б-25, Ж-39, У-73, Вит.А-1, Вит.С-87,	.100	Картофельное пюре	18-01
	.080	Капуста тушеная	13-92
	.200/15	Чай с сахаром	4-26
	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	20-69
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-ЭЦ-167, Б-4, Ж-4, У-28, Вит.РР-1, Na-182, К-58, Са-ЭЦ-718, Б-18, Ж-29, У-98, Вит.С-2, Вит.РР-1,	.200/6	Каша пшеничная с маслом сливочным	27-07
	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
	.070	Ватрушка с творогом	25-99

ЭЦ-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, ЭЦ-294, Б-16, Ж-16, У-21, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/10	Рассольник Ленинградский со	21-85
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.095/50	Шницель мясной с соусом	90-80
ЭЦ-672, Б-23, Ж-28, У-80, Вит.А-2, Вит.С-86,	.100	Картофельное пюре	18-01
	.080	Капуста тушеная	13-92
	.200/15	Чай с сахаром	4-26
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
			238-00

ОВЗ 5-11 класс

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-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-ЭЦ-863, Б-22, Ж-33, У-120, Вит.С-3, Вит.РР-1,	.250/14	Каша пшеничная с маслом сливочным	45-94
	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
	.100	Ватрушка с творогом	37-13

ЭЦ-153, Б-2, Ж-8, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, ЭЦ-307, Б-17, Ж-25, У-6, Вит.РР-7, Na-1469, К-202, ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/10	Рассольник Ленинградский со	26-13
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.060/60	Филе цыпленка, тушенные в	80-66
ЭЦ-743, Б-25, Ж-39, У-73, Вит.А-1, Вит.С-87,	.100	Картофельное пюре	18-01
	.080	Капуста тушеная	13-92
	.200/15	Чай с сахаром	4-26
	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
			274-00

Руководитель

Зав.производством

