

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-284, Б-5, Ж-8, У-48, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-1, Na-697, К-148, Са-27, Mg-41, Р-122, Fe-1	.180/30	Рис припущенный с овощами с нарезкой из св. огурцов	33-07
ЭЦ-248, Б-14, Ж-19, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-237, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.090/50	Фрикадельки из курицы с соусом	81-44
ЭЦ-99, У-26, К-1	.200	Напиток из апельсинов	12-48
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-658, Б-20, Ж-27, У-87, Вит.А-1, Вит.С-7,			130

5-11 класс

ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с цыпленком,	23-05
ЭЦ-338, Б-11, Ж-8, У-54, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-703, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.180/30	Каша гречневая рассыпчатая с	30-95
ЭЦ-398, Б-19, Ж-28, У-18, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-7, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.100/50	Биточки из филе цыпленка бр. с	85-90
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.200/15	Чай пакетированный	6-09
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-983, Б-44, Ж-50, У-104, Вит.А-2, Вит.С-40,			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.200/11	Каша манная с маслом сливочным	36-70
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16,	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16,	.31,25/25	Бутерброд с сыром	35-85
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с цыпленком,	23-05
ЭЦ-284, Б-5, Ж-8, У-48, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-1, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.180/30	Рис припущенный с овощами с	33-07
ЭЦ-248, Б-14, Ж-19, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-237, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.090/50	Фрикадельки из курицы с соусом	81-44
ЭЦ-99, У-26, К-1	.200	Напиток из апельсинов	12-48
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1410, Б-44, Ж-61, У-176, Вит.А-2, Вит.С-39,			238

ОВЗ 5-11 класс завтрак

ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.250/11	Каша манная с маслом сливочным	38-68
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16,	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16,	.31,25/15	Бутерброд с сыром	22-72
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	0.200	Сок Фруктовый 1кор	28-68
ЭЦ-182, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-190, К-63, Са-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16,	0.075	Булочка Сладкая	22-52
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с цыпленком,	23-05
ЭЦ-338, Б-11, Ж-8, У-54, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-703, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.180/30	Каша гречневая рассыпчатая с	30-95
ЭЦ-398, Б-19, Ж-28, У-18, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-7, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.100/50	Биточки из филе цыпленка бр. с	85-90
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.200/15	Чай пакетированный	6-09
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1921, Б-70, Ж-80, У-247, Вит.А-13002,			274

60 родительская плата

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-166, Са-44, Mg-18, Р-122, Fe-1	.200/9	Каша манная с маслом сливочным	32-16
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	Вафли "Белоснежка"	21-62
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, Р-22	.030	Булка формовая	1-96
ЭЦ-565, Б-13, Ж-13, У-98, Вит.С-1, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав. производством

