

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-508, Б-11, Ж-31, У-20, Вит.А-1, Вит.С-3, На-3282, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.095/50	Биточки мясные с соусом	79-33
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, На-1141, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.150/25	Каша гречневая рассыпчатая с огурином консерв.	33-59
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.200	Компот из урюка	14-07
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-991, Б-21, Ж-46, У-98, Вит.А-2, Вит.С-4,			130

5-11 класс

ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-364, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.250/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	33-08
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-69
ЭЦ-703, Б-16, Ж-48, У-7, Вит.С-5, На-4, К-106, Са-8, Мг-7, Fe-10	.070/70	Гуляш из птицы	89-51
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1285, Б-34, Ж-62, У-102, Вит.А-1, Вит.С-22,			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	20-69
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-100, Мг-14, Р-20	.200/6	Каша пшеничная с маслом сливочным	28-17
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-100, Мг-14, Р-20	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Школьная шпаргалка"	16-58
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, На-364, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.200/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	30-16
ЭЦ-508, Б-11, Ж-31, У-20, Вит.А-1, Вит.С-3, На-3282, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.095/50	Биточки мясные с соусом	79-33
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, На-1141, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.150/25	Каша гречневая рассыпчатая с	33-59
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.200	Компот из урюка	14-07
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1773, Б-42, Ж-76, У-205, Вит.А-3, Вит.С-19,			238

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	29-53
ЭЦ-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-100, Мг-14, Р-20	.250/9	Каша пшеничная с маслом сливочным	37-81
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-100, Мг-14, Р-20	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Школьная шпаргалка"	16-58
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-25, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	0.200	Сок Фруктовый 1кор	28-68
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-364, К-255, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.250/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	33-08
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-26, Мг-134, Р-201, Fe-5	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-69
ЭЦ-703, Б-16, Ж-48, У-7, Вит.С-5, На-4, К-106, Са-8, Мг-7, Fe-10	.070/70	Гуляш из птицы	89-51
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-2101, Б-53, Ж-89, У-226, Вит.А-13001,			274

60 родительская плата

ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-100, Мг-14, Р-20	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	35-55
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный завтрак"	14-22
ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, На-471, К-108, Са-100, Мг-14, Р-20	.100	Булка формовая	6-52
ЭЦ-742, Б-20, Ж-12, У-138, Вит.С-1, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав. производством

