

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-8, Б-1, У-1, Вит.С-3, Na-64, K-90, Ca-15, Mg-9, P-1	.035	Нарезка из огурцов конс.	20-34
ЭЦ-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6,	.060/150	Плов по - узбекски	102-52
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5,	0.200	Компот из яблок	16-82
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-717, Б-25, Ж-29, У-90, Вит.А-5, Вит.С-15,			143

5-11 класс

ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2,	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	36-73
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1,	.030	Помидор Черри	9-92
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, K-19, Ca-	.180	Рис припущенный с овощами	21-81
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.100	Шницель мясной	86-19
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-1009, Б-23, Ж-49, У-93, Вит.А-2, Вит.С-27,	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
			165

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	16
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-	.200/10	Каша пшенная с маслом сливочным	34-78
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	21
ЭЦ-139, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-1,	.200/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	34-82
ЭЦ-8, Б-1, У-1, Вит.С-3, Na-64, K-90, Ca-15, Mg-9, P-	.035	Нарезка из огурцов конс.	20-34
ЭЦ-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6,	.060/150	Плов по - узбекски	102-52
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5,	0.200	Компот из яблок	16-82
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1473, Б-49, Ж-68, У-170, Вит.А-6, Вит.С-36,			262

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	16
ЭЦ-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, Na-546, K-181, Ca-	.250/17	Каша пшенная с маслом сливочным	50-80
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	.31,25/20	Бутерброд с маслом сливочным	38-68
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/42гр.	Вафли "Гуливер"	19-12
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2,	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	36-73
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1,	.030	Помидор Черри	9-92
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, K-19, Ca-	.180	Рис припущенный с овощами	21-81
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.100	Шницель мясной	86-19
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-1818, Б-48, Ж-81, У-198, Вит.А-2, Вит.С-30,	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
			302

60 родительская плата

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-	.200/11	Каша пшенная с маслом сливочным	37-03
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-561, Б-18, Ж-15, У-88, Вит.С-1, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав.производством

