

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-290, Б-10, Ж-7, У-46, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-691, К-302, Са-26, Mg-149, P-233, Fe-5	.150/30	Каша гречневая рассыпчатая с зеленым горошком	38-03
ЭЦ-633, Б-14, Ж-43, У-6, Вит.С-5, Na-4, К-95, Са-7, Mg-149, Fe-5	.063/63	Гуляш из птицы	89-71
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-183, Mg-17, P-155, Fe-2	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-1105, Б-28, Ж-51, У-90, Вит.С-36, Вит.РР-7,			143

5-11 класс

ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Mg-149, Fe-5	.250/12	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	24-64
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-302, Са-26, Mg-149, P-233, Fe-5	.200	Картофельное пюре	37-52
ЭЦ-403, Б-18, Ж-31, У-14, Вит.РР-7, Na-122, К-183, Са-18, Mg-17, P-155, Fe-2	.100	Биточки из филе цыпленка бр.	87-99
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-85
ЭЦ-883, Б-30, Ж-44, У-88, Вит.А-1, Вит.С-80,			165

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-183, Mg-149, Fe-5	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	32-82
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-149, Fe-5	.200	Чай с молоком	10-01
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-155, Fe-2	.31,25/22	Бутерброд с сыром	31-14
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	13-64
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	31-39
ЭЦ-290, Б-10, Ж-7, У-46, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-691, К-302, Са-26, Mg-149, P-233, Fe-5	.150/30	Каша гречневая рассыпчатая с зеленым горошком	38-03
ЭЦ-633, Б-14, Ж-43, У-6, Вит.С-5, Na-4, К-95, Са-7, Mg-149, Fe-5	.063/63	Гуляш из птицы	89-71
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-183, Mg-17, P-155, Fe-2	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-1872, Б-52, Ж-74, У-203, Вит.А-1, Вит.С-51,			262

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-183, Mg-149, Fe-5	.250/15	Каша ячневая с маслом сливочным	44-82
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-149, Fe-5	.200	Чай с молоком	10-01
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/20	Бутерброд с маслом сливочным	38-68
ЭЦ-286, Б-8, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-311, К-100, Са-183, Mg-149, Fe-5	.120	Ватрушка с творогом	43-49
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Mg-149, Fe-5	.250/12	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	24-64
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-302, Са-26, Mg-149, P-233, Fe-5	.200	Картофельное пюре	37-52
ЭЦ-403, Б-18, Ж-31, У-14, Вит.РР-7, Na-122, К-183, Са-18, Mg-17, P-155, Fe-2	.100	Биточки из филе цыпленка бр.	87-99
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-85
ЭЦ-1748, Б-50, Ж-78, У-208, Вит.А-1, Вит.С-83,			302

60 родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-183, Mg-149, Fe-5	.200/7	Каша ячневая с маслом сливочным	26-70
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-155, Fe-2	.31,25/15	Бутерброд с сыром	29-59
ЭЦ-507, Б-15, Ж-16, У-74, Вит.С-1, Na-802, К-181, Mg-149, Fe-5			60

Руководитель

Зав.производством

