

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-75, Б-1, Ж-7, У-3, Вит.А-464, Вит.С-4, №-307, К-154, Са-22, Мг-8, Р-16	.048	Икра кабачковая	18
ЭЦ-594, Б-25, Ж-31, У-53, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-6, На-102, К-574, Са-54, Мг-88, Р-320, Fe-2	.065/150	Плов по - узбекски	107-61
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Мг-21, Р-29, Fe-1	.200	Компот из урюка	14-07
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-819, Б-28, Ж-38, У-93, Вит.А-471, Вит.С-10,			143
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-732, К-346, Са-53, Мг-25, Р-82, Fe-1	.250/10/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	23-97
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, На-1667, К-976, Са-76, Мг-53, Р-156, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре с зеленым горошком	48-17
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, На-3099, К-19, Са-33, Мг-3, Р-13	.100	Шницель мясной	85-83
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	3-32
ЭЦ-903, Б-22, Ж-49, У-68, Вит.А-1, Вит.С-68,			165
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	32-82
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Мг-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-01
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/14	Бутерброд с маслом сливочным	27-25
ЭЦ-200, Б-6, Ж-1, У-41	2шт/25гр.	Печенье Кременкульское	27-28
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-585, К-277, Са-43, Мг-20, Р-65, Fe-1	.200/10/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	21-64
ЭЦ-75, Б-1, Ж-7, У-3, Вит.А-464, Вит.С-4, На-307, К-154, Са-22, Мг-8, Р-16	.048	Икра кабачковая	18
ЭЦ-594, Б-25, Ж-31, У-53, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-6, На-102, К-574, Са-54, Мг-88, Р-320, Fe-2	.065/150	Плов по - узбекски	107-61
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Мг-21, Р-29, Fe-1	.200	Компот из урюка	14-07
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1657, Б-48, Ж-72, У-204, Вит.А-472, Вит.С-			262
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-154, Мг-18, Р-114	.250/15	Каша ячневая с маслом сливочным	44-82
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Мг-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-01
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/20	Бутерброд с маслом сливочным	38-68
ЭЦ-286, Б-8, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, На-311, К-100, Са-20, Мг-12, Р-76, Fe-1	.120	Ватрушка с творогом	43-49
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-732, К-346, Са-53, Мг-25, Р-82, Fe-1	.250/10/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	23-97
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, На-1667, К-976, Са-76, Мг-53, Р-156, Fe-2	.180/20	Картофельное пюре с зеленым горошком	48-17
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, На-3099, К-19, Са-33, Мг-3, Р-13	.100	Шницель мясной	85-83
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	3-32
ЭЦ-1768, Б-42, Ж-83, У-188, Вит.А-1, Вит.С-71,			302
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	32-82
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Мг-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-01
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.РР-1, На-259, К-59, Са-11, Мг-8, Р-41, Fe-1	.055	Булка формовая	3-53
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	13-64
ЭЦ-632, Б-17, Ж-13, У-109, Вит.С-2, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав.производством

