

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-622, Б-24, Ж-35, У-53, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-72, К-254, Са-243, Mg-41, P-357, Fe-1	.160/50	Запеканка творожная с повидлом	135-97
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-706, Б-25, Ж-35, У-74, Вит.В2-1, Вит.С-1,			143

5-11 класс

ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	34-58
ЭЦ-552, Б-12, Ж-38, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-83, Са-6, Mg-6, P-15	.055/55	Гуляш	82-47
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	37-52
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-79
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-999, Б-20, Ж-52, У-74, Вит.А-1, Вит.С-60,			165

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	21
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	37-50
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-81
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	Вафли "Гуливер"	24-19
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	32-50
ЭЦ-622, Б-24, Ж-35, У-53, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-72, К-254, Са-243, Mg-41, P-357, Fe-1	.160/50	Запеканка творожная с повидлом	135-97
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1426, Б-38, Ж-65, У-173, Вит.А-1, Вит.В2-1,			262

ОВЗ 5-11 класс

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-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/19	Каша рисовая с маслом сливочным	58-48
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-81
ЭЦ-291, Б-8, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-304, К-100, Са-20, Mg-12, P-76, Fe-1	0.120	Булочка Сладостена	36-03
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	34-58
ЭЦ-552, Б-12, Ж-38, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-83, Са-6, Mg-6, P-15	.055/55	Гуляш	82-47
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	37-52
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-79
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-1865, Б-36, Ж-86, У-195, Вит.А-1, Вит.С-62,			302

Руководитель

Зав.производством

