

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-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, На-1667, К-976, Са-76, Mg-53, Р-156, Fe-2	.180/25	<i>Картофельное пюре с зеленым горошком</i>	51-15
ЭЦ-248, Б-18, Ж-16, У-10, Вит.С-2, На-8, К-40, Са-14, Mg-3, Р-18	.090	<i>Шницель рыбный натуральный</i>	76-53
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-32
ЭЦ-520, Б-25, Ж-23, У-55, Вит.С-67, Вит.РР-6,			143
ЭЦ-54, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, На-100, К-100, Са-33, Mg-10, Р-18	.100	<i>Салат из свежей капусты</i>	12-13
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, На-2712, К-85, Са-39, Mg-12, Р-66, Fe-1	.200	<i>Макаронные изделия отварные</i>	23-67
ЭЦ-180, Ж-2, У-3, Вит.С-1, На-160, К-32, Са-4, Mg-3, Р-6	.1шт/90/5	<i>Треугольник тресковый с маслом сливочным</i>	79-37
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-78
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, Р-134, Fe-1	.31,25./30	<i>Бутерброд с сыром</i>	42-73
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-32
ЭЦ-765, Б-17, Ж-18, У-96, Вит.А-1, Вит.С-16,			165
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, Р-91	.200/10	<i>Каша яичневая с маслом сливочным</i>	32-82
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-20, К-98, Са-65, Mg-11, Р-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	10-10
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, На-44, К-86, Са-18, Mg-11, Р-67, Fe-1	.100	<i>Крендель в сахаре</i>	30-50
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-32
ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, На-819, К-411, Са-33, Mg-23, Р-67, Fe-1	.200/10/10	<i>Рассольник Ленин. мясом, сметаной</i>	42-26
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, На-1667, К-976, Са-76, Mg-53, Р-156, Fe-2	.180/25	<i>Картофельное пюре с зеленым горошком</i>	51-15
ЭЦ-248, Б-18, Ж-16, У-10, Вит.С-2, На-8, К-40, Са-14, Mg-3, Р-18	.090	<i>Шницель рыбный натуральный</i>	76-53
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-32
ЭЦ-1488, Б-44, Ж-57, У-202, Вит.А-1, Вит.С-83,			262
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-154, Mg-18, Р-114	.250/15	<i>Каша яичневая с маслом сливочным</i>	45-29
ЭЦ-60, Б-2, Ж-2, У-11, Вит.С-1, На-20, К-90, Са-65, Mg-11, Р-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	10-10
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, На-44, К-86, Са-18, Mg-11, Р-67, Fe-1	.100	<i>Крендель в сахаре</i>	30-50
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-32
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-1024, К-513, Са-41, Mg-29, Р-83, Fe-1	.250/10/10	<i>Рассольник Ленин. мясом, сметаной</i>	47-79
ЭЦ-54, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, На-100, К-100, Са-33, Mg-10, Р-41, Вит.РР-1, На-2712, К-65, Са-39, Mg-12, Р-66, Fe-1	.100	<i>Салат из свежей капусты</i>	12-13
ЭЦ-180, Ж-2, У-3, Вит.С-1, На-160, К-32, Са-4, Mg-3, Р-6	.200	<i>Макаронные изделия отварные</i>	23-67
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.1шт/90/5	<i>Треугольник тресковый с маслом сливочным</i>	79-37
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, Р-134, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-78
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.31,25./30	<i>Бутерброд с сыром</i>	42-73
ЭЦ-1834, Б-39, Ж-57, У-257, Вит.А-2, Вит.С-36,	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный .</i>	3-32
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-444, К-193, Са-130, Mg-37, Р-160, Fe-1			302
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/10	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	36-50
ЭЦ-211, Б-2, Ж-2, У-11, Вит.С-1, На-20, К-90, Са-65, Mg-16, Р-53, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-81
ЭЦ-162, Б-5, Ж-1, У-32, Вит.РР-1, На-259, К-59, Са-11, Mg-8, Р-41, Fe-1	.080	<i>Гребешок с повидлом</i>	16-09
ЭЦ-797, Б-16, Ж-18, У-144, Вит.С-1, Вит.РР-3,	.055	<i>Булка формовая</i>	3-60
			60
60 родительская плата			
Руководитель		<i>Елле</i>	
Зав. производством		<i>Юрий</i>	