

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-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Зит.РР-6, Na-263, К-218, Са-46, Mg-20, P-151, Fe-1	.100	Фрикадельки из курицы	88-78
ЭЦ-166, Б-3, Ж-6, У-24, Вит.С-28, Вит.РР-2, Na-1290, К-815, Са-56, Mg-36, P-106, Fe-1	.160	Картофельное пюре	30-01
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	15-83
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-81
ЭЦ-206, Б-6, Ж-2, У-41, Вит.РР-1, Na-330, К-76, Са-13, Mg-10, P-52, Fe-1	.070	Булка формовая	4-57
ЭЦ-772, Б-26, Ж-31, У-97, Вит.А-1, Вит.С-83,			143
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/15	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	25-73
ЭЦ-543, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-98, К-272, Са-298, Mg-43, P-379, Fe-1	.150/15	Запеканка творожная с молоко сгущ.	128-82
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-81
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-818, Б-32, Ж-40, У-83, Вит.А-19, Вит.В2-1,			165
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-132, Б-5, Ж-4, У-18, Na-240, К-46, Са-126, Mg-10, P-87	.030/25	Бутерброд с сыром	33-45
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/14	Каша ячневая с маслом сливочным	39-29
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	23-40
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	.200/15	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	22-86
ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-263, К-218, Са-46, Mg-20, P-151, Fe-1	.100	Фрикадельки из курицы	88-78
ЭЦ-166, Б-3, Ж-6, У-24, Вит.С-28, Вит.РР-2, Na-1290, К-815, Са-56, Mg-36, P-106, Fe-1	.160	Картофельное пюре	30-01
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	15-83
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-81
ЭЦ-206, Б-6, Ж-2, У-41, Вит.РР-1, Na-330, К-76, Са-13, Mg-10, P-52, Fe-1	.070	Булка формовая	4-57
ЭЦ-1467, Б-45, Ж-55, У-197, Вит.А-2, Вит.С-98,			262
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-132, Б-5, Ж-4, У-18, Na-240, К-46, Са-126, Mg-10, P-87	.030/25	Бутерброд с сыром	33-45
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-131, Са-154, Mg-18, P-114	.250/14	Каша ячневая с маслом сливочным	44-10
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	23-40
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Печенье Коломенское	20-05
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/15	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	25-73
ЭЦ-543, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-98, К-272, Са-298, Mg-43, P-379, Fe-1	.150/15	Запеканка творожная с молоко сгущ.	128-82
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-81
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-1619, Б-57, Ж-67, У-196, Вит.А-19, Вит.В2-			302
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/14	Каша ячневая с маслом сливочным	39-29
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-81
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	13-64
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-587, Б-14, Ж-11, У-104, Вит.С-1, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав.производством

