

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-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, К-81, Са-16, Mg-30, Р-89, Fe-1	.150/20	Рис припущенный с овощам,с кукурузой	31-54
ЭЦ-477, Б-21, Ж-33, У-8, Вит.С-2, Na-2106, К-50, Са-32, Mg-6, Р-32, Fe-1	.090	Шницель рубленый Дружба	96-14
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-771, Б-26, Ж-40, У-62, Вит.С-31, Вит.РР-5,			143

5-11 класс

ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-311, Са-51, Mg-21, Р-52, Fe-1	.250/20/10	Щи из св. капусты смясом, сметаной	48-01
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, Р-107, Fe-1	.180/23	Рис припущенный с овощам,с кукурузой	36-83
ЭЦ-180, Ж-2, У-3, Вит.С-1, Na-160, К-32, Са-4, Mg-3, Р-6	.1шт/90	Треугольник тресковый	61-52
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-678, Б-11, Ж-19, У-79, Вит.А-2, Вит.С-61,			165

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/13	Бутерброд с маслом сливочным	26-31
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, Р-90	.200/10	Каша пшеница с маслом сливочным	34-78
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-104, Б-3, Ж-7, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-249, Са-41, Mg-17, Р-42, Fe-1	.200/20/10	Щи из св. капусты смясом, сметаной	45-51
ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, К-81, Са-16, Mg-30, Р-89, Fe-1	.150/20	Рис припущенный с овощам,с кукурузой	31-54
ЭЦ-477, Б-21, Ж-33, У-8, Вит.С-2, Na-2106, К-50, Са-32, Mg-6, Р-32, Fe-1	.090	Шницель рубленый Дружба	96-14
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1426, Б-43, Ж-72, У-139, Вит.А-1, Вит.С-57,			262

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	21
ЭЦ-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-153, Mg-18, Р-113	.250/10	Каша пшеница с маслом сливочным	38-21
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-291, Б-8, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-304, К-100, Са-20, Mg-12, Р-76, Fe-1	0.120	Булочка Сладкая	35-51
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, Р-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый Икор	29-88
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-311, Са-51, Mg-21, Р-52, Fe-1	.250/20/10	Щи из св. капусты смясом, сметаной	48-01
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, Р-107, Fe-1	.180/23	Рис припущенный с овощам,с кукурузой	36-83
ЭЦ-180, Ж-2, У-3, Вит.С-1, Na-160, К-32, Са-4, Mg-3, Р-6	.1шт/90	Треугольник тресковый	61-52
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-1685, Б-35, Ж-53, У-230, Вит.А-13002,			302

Руководитель

Зав.производством

