

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-230, Б-6, Ж-5, У-39, Вит.РР-1, Na-2170, К-70, Ca-32, Mg-10, P-54, Fe-1	.160	Макаронные изделия отварные	18-77
ЭЦ-362, Б-19, Ж-23, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-3, Na-2988, К-159, Ca-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	Тефтели с соусом	91-03
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	29-88
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-711, Б-26, Ж-28, У-89, Вит.А-13001, Вит.С-			143
5-11 класс			
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Ca-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	41-04
ЭЦ-362, Б-19, Ж-23, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-3, Na-2988, К-159, Ca-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	Тефтели с соусом	91-03
ЭЦ-266, Б-7, Ж-6, У-45, Вит.РР-1, Na-2577, К-81, Ca-38, Mg-12, P-62, Fe-1	.190	Макаронные изделия отварные	22-48
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-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-960, Б-38, Ж-40, У-115, Вит.А-2, Вит.С-19,			165
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-132, Б-5, Ж-4, У-18, Na-240, К-46, Ca-126, Mg-10, P-87	.030/17	Бутерброд с сыром	24-29
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	Каши рисовая с маслом сливочным	28-06
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-10
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/30гр.	Печенье Коломенское	20-05
ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Ca-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/15/6	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	36-50
ЭЦ-230, Б-6, Ж-5, У-39, Вит.РР-1, Na-2170, К-70, Ca-32, Mg-10, P-54, Fe-1	.160	Макаронные изделия отварные	18-77
ЭЦ-362, Б-19, Ж-23, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-3, Na-2988, К-159, Ca-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	Тефтели с соусом	91-03
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	29-88
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1509, Б-50, Ж-55, У-205, Вит.А-13002,			262
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-132, Б-5, Ж-4, У-18, Na-240, К-46, Ca-126, Mg-10, P-87	.030/20	Бутерброд с сыром	28-23
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Ca-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/14	Каши рисовая с маслом сливочным	48-74
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-10
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/30гр.	Печенье Коломенское	20-05
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	29-88
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Ca-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	41-04
ЭЦ-362, Б-19, Ж-23, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-3, Na-2988, К-159, Ca-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	Тефтели с соусом	91-03
ЭЦ-266, Б-7, Ж-6, У-45, Вит.РР-1, Na-2577, К-81, Ca-38, Mg-12, P-62, Fe-1	.190	Макаронные изделия отварные	22-48
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-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-1749, Б-55, Ж-61, У-246, Вит.А-13002,			302
60 родительская плата			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/7	Каши рисовая с маслом сливочным	31-69
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-10
ЭЦ-275, Б-5, Ж-5, У-54, Вит.РР-1, Na-205, К-116, Ca-17, Mg-11, P-56, Fe-1	.080	Гребешок с повидлом	16-25
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Ca-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-96
ЭЦ-752, Б-15, Ж-20, У-132, Вит.С-2, Вит.РР-2,			60

Руководитель

Зав.производством

