

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-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Ca-5, Mg-5, P-13	.060/60	Гуляш из свинины	89-11
ЭЦ-125, Б-3, Ж-4, У-18, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-968, К-611, Ca-42, Mg-27, P-79, Fe-1	.120	Картофельное пюре	23-56
ЭЦ-51, Б-2, Ж-2, У-7, Вит.С-40, Вит.РР-1, Na-12, К-180, Ca-43, Mg-15, P-31, Fe-1	.060	Капуста тушеная	11-87
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	15-14
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-829, Б-17, Ж-40, У-69, Вит.С-72, Вит.РР-2,			143
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, К-486, Ca-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/25	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	30-67
ЭЦ-583, Б-22, Ж-33, У-49, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, К-238, Ca-228, Mg-39, P-334, Fe-1	.150/35	Запеканка творожная с повидлом	123-95
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-886, Б-31, Ж-42, У-96, Вит.А-1, Вит.С-18,			165
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Ca-7, Mg-4, P-24	.031,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	19-70
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	34-32
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	10-04
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	Вафли "Гуливер"	24-19
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Ca-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-96
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-487, К-389, Ca-26, Mg-20, P-57, Fe-1	.200/25	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	28-79
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Ca-5, Mg-5, P-13	.060/60	Гуляш из свинины	89-11
ЭЦ-125, Б-3, Ж-4, У-18, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-968, К-611, Ca-42, Mg-27, P-79, Fe-1	.120	Картофельное пюре	23-56
ЭЦ-51, Б-2, Ж-2, У-7, Вит.С-40, Вит.РР-1, Na-12, К-180, Ca-43, Mg-15, P-31, Fe-1	.060	Капуста тушеная	11-87
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	15-14
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1715, Б-41, Ж-68, У-204, Вит.А-1, Вит.С-87,			262
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Ca-7, Mg-4, P-24	.031,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	28-54
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-254, Ca-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/14	Каша манная с маслом сливочным	44-55
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	10-04
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	Вафли "Гуливер"	24-19
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Ca-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-96
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, Na-1, К-12, Ca-1	1шт	Яблоко	27-72
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, К-486, Ca-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/25	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	30-67
ЭЦ-583, Б-22, Ж-33, У-49, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, К-238, Ca-228, Mg-39, P-334, Fe-1	.150/35	Запеканка творожная с повидлом	123-95
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-1762, Б-52, Ж-66, У-241, Вит.А-1, Вит.С-22,			302
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Ca-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/8	Каша манная с маслом сливочным	32
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	10-04
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Ca-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-96
ЭЦ-541, Б-16, Ж-20, У-76, Вит.С-2, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав.производством

