

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-602, Б-13, Ж-41, У-6, Вит.С-5, Na-4, К-91, Са-7, Mg-6, P-17	.060/60	Гуляш из птицы	90-11
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-69
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	29-88
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
<hr/>			143

5-11 класс

ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25	Суп карт. с горохом, цыплекном.	38-27
ЭЦ-602, Б-13, Ж-41, У-6, Вит.С-5, Na-4, К-91, Са-7, Mg-6, P-17	.060/60	Гуляш из птицы	90-11
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-12, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	21-30
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витоника	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
<hr/>			165

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	38-07
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-148, 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-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25	Суп карт. с горохом, цыплекном.	38-27
ЭЦ-602, Б-13, Ж-41, У-6, Вит.С-5, Na-4, К-91, Са-7, Mg-6, P-17	.060/60	Гуляш из птицы	90-11
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-69
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	29-88
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
<hr/>			262

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/12	Каша рисовая с маслом сливочным	44-96
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-413, Б-8, Ж-7, У-80, Вит.РР-2, Na-308, К-173, Са-25, Mg-16, P-84, Fe-2	.120	Гребешок с джемом	49-38
ЭЦ-148, 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-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25	Суп карт. с горохом, цыплекном.	38-27
ЭЦ-602, Б-13, Ж-41, У-6, Вит.С-5, Na-4, К-91, Са-7, Mg-6, P-17	.060/60	Гуляш из птицы	90-11
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-12, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	21-30
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витоника	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
<hr/>			302

Руководитель

Зав. производством


