

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-326, Б-18, Ж-20, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	93-23
ЭЦ-238, Б-4, Ж-7, У-40, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-590, К-83, Са-16, Mg-30, P-91, Fe-1	.153	Рис припущенный с овощами	16-57
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
ЭЦ-683, Б-23, Ж-27, У-88, Вит.А-13001, Вит.С-			143
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-180, Ж-2, У-3, Вит.С-1, Na-160, К-32, Са-4, Mg-3, P-6	.1шт/90/10	Треугольник тресковый с маслом сливочным	79-84
ЭЦ-316, Б-6, Ж-9, У-53, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-1, Na-775, К-164, Са-30, Mg-45, P-136, Fe-1	.200/40	Рис припущенный с овощами с нарезкой из св. огурцов	39-31
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/27	Бутерброд с сыром	38-79
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-747, Б-15, Ж-17, У-96, Вит.А-1, Вит.С-7,			165
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	21
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-90	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	34-78
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-04
ЭЦ-179, Б-6, Ж-9, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-2, Na-620, К-594, Са-77, Mg-53, P-102, Fe-2	.200/15/10	Рассольник Домашний с мясом, сметаной	53-18
ЭЦ-326, Б-18, Ж-20, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	Тефтели с соусом	93-23
ЭЦ-238, Б-4, Ж-7, У-40, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-590, К-83, Са-16, Mg-30, P-91, Fe-1	.153	Рис припущенный с овощами	16-57
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
ЭЦ-1378, Б-41, Ж-59, У-173, Вит.А-13008,			262
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	21
ЭЦ-304, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-153, Mg-18, P-113	.250/14	Каша пшеничная с маслом сливочным	46-44
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-04
ЭЦ-224, Б-8, Ж-11, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-775, К-742, Са-96, Mg-66, P-127, Fe-2	.250/15/10	Рассольник Домашний с мясом, сметаной	59-52
ЭЦ-180, Ж-2, У-3, Вит.С-1, Na-160, К-32, Са-4, Mg-3, P-6	.1шт/90/10	Треугольник тресковый с маслом сливочным	79-84
ЭЦ-316, Б-6, Ж-9, У-53, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-1, Na-775, К-164, Са-30, Mg-45, P-136, Fe-1	.200/40	Рис припущенный с овощами с нарезкой из св. огурцов	39-31
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/27	Бутерброд с сыром	38-79
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1560, Б-37, Ж-53, У-196, Вит.А-10, Вит.С-			302
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	21
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-90	.200/7	Каша пшеничная с маслом сливочным	28-96
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-04
ЭЦ-516, Б-12, Ж-23, У-67, Вит.С-2, Na-464, К-			60

Руководитель
Зав.производством

