

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
1-4 класс			
ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, К-66, Са-30, Mg-10, P-51, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	17-75
ЭЦ-274, Б-33, Ж-13, У-5, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-1636, К-66, Са-24, Mg-8, P-17	.090/50	Рыба припущенная с овощами	105-13
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	.0.200	Компот из яблок	16-80
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-651, Б-39, Ж-18, У-82, Вит.А-1, Вит.С-10,			143
5-11 класс			
ЭЦ-288, Б-7, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-2712, К-88, Са-40, Mg-13, P-67, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	23-67
ЭЦ-292, Б-16, Ж-22, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-279, К-231, Са-48, Mg-22, P-160, Fe-1	.106/50	Фрикадельки из курицы с соусом	103-08
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-550, Б-7, Ж-24, У-76, Вит.РР-1, Na-63, К-126, Са-24, Mg-13, P-72, Fe-1	.120	Песочная Турбинка	31-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1214, Б-31, Ж-53, У-154, Вит.А-1, Вит.С-2,			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-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	21
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	Каши рисовая с маслом сливочным	36-50
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-174, Б-7, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-492, К-294, Са-25, Mg-17, P-63, Fe-1	.200/20/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	33-10
ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, К-66, Са-30, Mg-10, P-51, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	17-75
ЭЦ-274, Б-33, Ж-13, У-5, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-1636, К-66, Са-24, Mg-8, P-17	.090/50	Рыба припущенная с овощами	105-13
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	.0.200	Компот из яблок	16-80
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1454, Б-62, Ж-60, У-169, Вит.А-2, Вит.С-21,			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-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	21
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	.250/15	Каши рисовая с маслом сливочным	51-20
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
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	.250/20/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	36-40
ЭЦ-288, Б-7, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-2712, К-88, Са-40, Mg-13, P-67, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	23-67
ЭЦ-292, Б-16, Ж-22, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-279, К-231, Са-48, Mg-22, P-160, Fe-1	.106/50	Фрикадельки из курицы с соусом	103-08
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-550, Б-7, Ж-24, У-76, Вит.РР-1, Na-63, К-126, Са-24, Mg-13, P-72, Fe-1	.120	Песочная Турбинка	31-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-2136, Б-57, Ж-100, У-256, Вит.А-2, Вит.С-			302
60 родительская плата			
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	.200/7	Каши рисовая с маслом сливочным	30-70
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, К-66, Са-30, Mg-10, P-51, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-04
ЭЦ-14, П-53, Fe-1, У-29, Вит.РР-1, Na-230, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-602, Б-17, Ж-20, У-89, Вит.С-2, Вит.РР-2,			60

Руководитель

Зав.производством