

Меню Школа № 10

эп. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	С стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-282, Б-9, Ж-7, У-45, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-586, К-315, Са-27, Mg-147, P-228, Fe-5	.150/35	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	31-83
ЭЦ-653, Б-15, Ж-45, У-6, Вит.С-5, Na-4, К-99, Са-7, Ма-7, P-18	.065/50	Гуляш из птицы	95-85
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-996, Б-25, Ж-52, У-66, Вит.С-36, Вит.РР-5,			<u>143</u>
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Са-98, Mg-69, P-154, Fe-2	.250/10/10	Рассольник Домашний с цыпл, сметаной	37-60
ЭЦ-302, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-70, Са-0, Mg-3, P-14	.050/50	Гуляш из птицы	73-65
ЭЦ-338, Б-11, Ж-8, У-54, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-703, К-377, Са-33, Ма-177, P-273, Fe-6	.180/35	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой	35-11
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-1151, Б-31, Ж-53, У-102, Вит.А-9, Вит.С-70,			<u>165</u>
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Ма-37, P-160, Fe-1	.200/11	Каша рисовая с маслом сливочным	38-10
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Ма-14, P-90	.200	Какао с молоком	23-40
ЭЦ-366, Б-5, Ж-16, У-51, Вит.РР-1, Na-42, К-84, Са-16, Ма-9, P-48, Fe-1	.080	Песочная Турбинка	21-70
ЭЦ-147, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Ма-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-178, Б-5, Ж-9, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-3, Na-629, К-619, Са-79, Mg-55, P-123, Fe-2	.200/10/10	Рассольник Домашний с цыпл, сметаной	32-54
ЭЦ-282, Б-9, Ж-7, У-45, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-586, К-315, Са-27, Mg-147, P-228, Fe-5	.150/35	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	31-83
ЭЦ-653, Б-15, Ж-45, У-6, Вит.С-5, Na-4, К-99, Са-7, Ма-7, P-18	.065/50	Гуляш из птицы	95-85
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-2139, Б-48, Ж-95, У-232, Вит.А-7, Вит.С-65,			<u>262</u>
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
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, Ма-46, P-200, Fe-1	.250/12	Каша рисовая с маслом сливочным	44-04
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Ма-14, P-90	.200	Какао с молоком	23-40
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-550, Б-7, Ж-24, У-76, Вит.РР-1, Na-63, К-126, Са-24, Ма-13, P-72, Fe-1	.120	Песочная Турбинка	32-56
ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Са-98, Mg-69, P-154, Fe-2	.250/10/10	Рассольник Домашний с цыпл, сметаной	37-60
ЭЦ-302, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-70, Са-0, Ма-5, P-14	.050/50	Гуляш из птицы	73-65
ЭЦ-338, Б-11, Ж-8, У-54, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-703, К-377, Са-33, Mg-177, P-273, Fe-6	.180/35	Каша гречневая рассыпчатая с нарезкой из св. огурцов	35-11
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-2434, Б-54, Ж-114, У-262, Вит.А-9, Вит.С-			<u>302</u>
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Ма-37, P-160, Fe-1	.200/9	Каша рисовая с маслом сливочным	34-56
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-366, Б-5, Ж-16, У-51, Вит.РР-1, Na-42, К-84, Са-16, Ма-9, P-48, Fe-1	.080	Песочная Турбинка	21-70
ЭЦ-726, Б-11, Ж-28, У-109, Вит.С-1, Вит.РР-2,			<u>60</u>

Руководитель
Зав.производством

