

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
1-4 класс горячий завтрак			
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, К-121, Са-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/50	Зразы рубленые с соусом	104-67
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-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-758, Б-31, Ж-30, У-90, Вит.С-33, Вит.РР-8,			143
5-11 класс обед			
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом,	38-03
ЭЦ-253, Б-14, Ж-16, У-14, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2091, К-111, Са-36, Mg-11, P-40, Fe-1	.070/50	Тефтели с соусом	72-99
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	35-34
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-655, Б-22, Ж-30, У-74, Вит.А-2, Вит.С-85,			165
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/5	Омлет натуральный с маслом	53-29
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-147, 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-361, Б-6, Ж-13, У-56, Вит.РР-1, Na-35, К-69, Са-14, Mg-8, P-53, Fe-1	.080	Крендель в сахаре	24-40
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/10/10	Борщ из св. капусты с мясом,	34-31
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, К-121, Са-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/50	Зразы рубленые с соусом	104-67
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-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-1611, Б-55, Ж-65, У-203, Вит.А-1, Вит.С-50,			262
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, Na-463, К-243, Са-127, Mg-22, P-284, Fe-3	.177/5	Омлет натуральный с маслом	75-72
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-147, 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-32, 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 Икор	29-88
ЭЦ-361, Б-6, Ж-13, У-56, Вит.РР-1, Na-35, К-69, Са-14, Mg-8, P-53, Fe-1	.080	Крендель в сахаре	24-40
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом,	38-03
ЭЦ-253, Б-14, Ж-16, У-14, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2091, К-111, Са-36, Mg-11, P-40, Fe-1	.070/50	Тефтели с соусом	72-99
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	35-34
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-1591, Б-49, Ж-66, У-200, Вит.А-13002,			302
60 родительская плата			
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	.200/9	Каша рисовая с маслом сливочным	35-26
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
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-499, Б-7, Ж-24, У-64, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-			60

Руководитель

Зав.производством