

Меню Школа № 10

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс горячий завтрак</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	Тфтели с соусом	93-77
ЭЦ-177, Б-4, Ж-6, У-25, Вит.С-29, Вит.РР-2, Na-1371, К-866, Са-60, Mg-38, P-112, Fe-1	.170	Картофельное пюре	33-37
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	12-54
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-651, Б-27, Ж-30, У-70, Вит.А-1, Вит.С-36,			143
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	38-89
ЭЦ-298, Б-20, Ж-22, У-5, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-219, К-57, Са-68, Mg-11, P-51	.095	Рыба под сырной корочкой	95-53
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	19-68
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-58
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-836, Б-32, Ж-41, У-85, Вит.А-3, Вит.С-28,			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	20-68
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	32-82
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-338, Б-5, Ж-12, У-52, Вит.РР-1, Na-33, К-65, Са-13, Mg-8, P-50, Fe-1	.075	Крендель в сахаре	22-87
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	38-89
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	Тфтели с соусом	93-77
ЭЦ-177, Б-4, Ж-6, У-25, Вит.С-29, Вит.РР-2, Na-1371, К-866, Са-60, Mg-38, P-112, Fe-1	.170	Картофельное пюре	33-37
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	12-54
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1642, Б-46, Ж-75, У-195, Вит.А-2, Вит.С-61,			262
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-107, Б-1, У-26, Вит.РР-1, К-46, Са-4, Mg-3, P-5	.31,25/25	Бутерброд с джемом и маслом сл.	41-54
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/11	Каша ячневая с маслом сливочным	38-97
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-338, Б-5, Ж-12, У-52, Вит.РР-1, Na-33, К-65, Са-13, Mg-8, P-50, Fe-1	.075	Крендель в сахаре	22-87
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 1кор	29-88
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	38-89
ЭЦ-298, Б-20, Ж-22, У-5, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-219, К-57, Са-68, Mg-11, P-51	.095	Рыба под сырной корочкой	95-53
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	19-68
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-58
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1784, Б-47, Ж-66, У-251, Вит.А-13003,			302
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/6	Каша ячневая с маслом сливочным	25-13
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-338, Б-5, Ж-12, У-52, Вит.РР-1, Na-33, К-65, Са-13, Mg-8, P-50, Fe-1	.075	Крендель в сахаре	22-87
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	Булка формовая	1-96
ЭЦ-795, Б-16, Ж-25, У-127, Вит.С-2, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав. производством

