

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость
			питания

1-4 класс горячий завтрак

ЭЦ-466, Б-29, Ж-35, У-8, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-946, К-106, Са-45, Mg-9, P-47, Fe-1	.060/60	Бефстроганов	114-23
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	18-25
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-20
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-832, Б-36, Ж-40, У-82, Вит.А-1, Вит.С-6,			143

5-11 класс обед

ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/10	Суп картоф. с мак.изд. цыпленком	32-08
ЭЦ-583, Б-22, Ж-33, У-49, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, К-238, Са-228, Mg-39, P-334, Fe-1	.150/30	Запеканка творожная с повидлом	122-54
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-858, Б-30, Ж-39, У-96, Вит.А-1, Вит.С-18,			165

ОВЗ 1-4 класс

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-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/6	Каша манная с маслом сливочным	27-19
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	23-78
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт	Печень "Школьная шпаргалка"	18-24
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/10	Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленком	28-79
ЭЦ-466, Б-29, Ж-35, У-8, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-946, К-106, Са-45, Mg-9, P-47, Fe-1	.060/60	Бефстроганов	114-23
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	18-25
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-20
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1652, Б-54, Ж-74, У-191, Вит.А-2, Вит.С-21,			262

ОВЗ 5-11 класс

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-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-254, Са-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/13	Каша манная с маслом сливочным	44-10
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	23-78
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт	Печень "Школьная шпаргалка"	18-24
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 Икор	29-88
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/10	Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленком	32-08
ЭЦ-583, Б-22, Ж-33, У-49, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-67, К-238, Са-228, Mg-39, P-334, Fe-1	.150/30	Запеканка творожная с повидлом	122-54
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-1714, Б-46, Ж-71, У-221, Вит.А-13001,			302

Руководитель

Зав.производством

