

Меню Школа № 10

эн. 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-309, Б-17, Ж-17, У-22, Вит.А-1, Вит.С-3,	.100/50	Шницель мясной с соусом	107-90
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-	.100	Картофельное пюре	19-81
ЭЦ-60, Б-2, Ж-2, У-8, Вит.С-46, Вит.РР-1, Na-	.070	Капуста тушеная	15-11
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-86
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Са-7	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-616, Б-24, Ж-23, У-78, Вит.А-1, Вит.С-66,			150
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17,	.250/10	Суп картоф.с мак.изд., мясом	33-11
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1,	.150/20	Запеканка творожная с мол. сгущенным	131-71
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-86
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Са-7	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-858, Б-33, Ж-43, У-85, Вит.А-9, Вит.В2-1,			172
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-	.200/6	Каша ячневая с маслом сливочным	27-01
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146,	.200	Кофейный напиток с молоком	12-95
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-	.050	Булка формовая	3-38
ЭЦ-311, Б-3, Ж-20, У-32, Na-36, К-40, Са-19,	.060	Пирожное Черемушка	32-55
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17,	.250/10	Суп картоф.с мак.изд., мясом	33-11
ЭЦ-309, Б-17, Ж-17, У-22, Вит.А-1, Вит.С-3,	.100/50	Шницель мясной с соусом	107-90
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-	.100	Картофельное пюре	19-81
ЭЦ-60, Б-2, Ж-2, У-8, Вит.С-46, Вит.РР-1, Na-	.070	Капуста тушеная	15-11
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-86
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Са-7	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1736, Б-54, Ж-72, У-220, Вит.А-2, Вит.С-85,			275
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-	.250/14	Каша ячневая с маслом сливочным	49-24
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146,	.200	Кофейный напиток с молоком	12-95
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-	.050	Булка формовая	3-38
ЭЦ-311, Б-3, Ж-20, У-32, Na-36, К-40, Са-19,	.060	Пирожное Черемушка	32-55
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2,	0.200	Сок Фруктовый Икор	29-88
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17,	.250/10	Суп картоф.с мак.изд., мясом	33-11
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1,	.150/20	Запеканка творожная с мол. сгущенным	131-71
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-86
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Са-7	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1949, Б-58, Ж-86, У-239, Вит.А-13009,			316
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-	.200/7	Каша ячневая с маслом сливочным	27-77
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-86
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130,	.031,25/20	Бутерброд с сыром	28-37
ЭЦ-476, Б-12, Ж-14, У-73, Вит.С-1, Na-686, К-			60
<u>ГПД</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-	.200/8	Каша ячневая с маслом сливочным	30-47
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146,	.200	Кофейный напиток с молоком	12-95
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-	.050	Булка формовая	3-38
ЭЦ-311, Б-3, Ж-20, У-32, Na-36, К-40, Са-19,	.060	Пирожное Черемушка	32-55
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2,	0.200	Сок Фруктовый Икор	29-88
ЭЦ-2, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	1 шт.	Мандарин	24-77
ЭЦ-1022, Б-23, Ж-40, У-144, Вит.А-13000,			150

Руководитель

Зав.производством

