

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-139, Б-1, Ж-10, У-11, Вит.С-24, На-206, К-	.100	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	12-24
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2,	.100/50	Зразы рубленые с соусом	99-65
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-	.180	Каша гречневая рассыпчатая	22-79
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Са-7	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-929, Б-33, Ж-40, У-108, Вит.С-57, Вит.РР-8,			150

5-11 класс

ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5,	.050/200	Жаркое по-домашнему	118-10
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-86
ЭЦ-414, Б-4, Ж-27, У-43, На-48, К-53, Са-26,	.080	Пирожное Черемушка	43-40
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Са-15, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-1017, Б-29, Ж-46, У-124, Вит.С-42, Вит.РР-			172

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, На-309, К-162, Са-85,	.118/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	53-62
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-	.200	Чай с молоком	10-41
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130,	.031,25/20	Бутерброд с сыром	28-37
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24,	.200/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	32-60
ЭЦ-139, Б-1, Ж-10, У-11, Вит.С-24, На-206, К-	.100	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	12-24
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2,	.100/50	Зразы рубленые с соусом	99-65
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-	.180	Каша гречневая рассыпчатая	22-79
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Са-7	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1464, Б-57, Ж-70, У-152, Вит.А-1, Вит.С-82,			275

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, На-309, К-162, Са-85,	.118/3	Омлет натуральный с маслом сливочным	50-48
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-	.200	Чай с молоком	10-41
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130,	.031,25/20	Бутерброд с сыром	28-37
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт./100	Печенье "Слабодка шахматная"	19-08
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30,	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	35-66
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5,	.050/200	Жаркое по-домашнему	118-10
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-86
ЭЦ-414, Б-4, Ж-27, У-43, На-48, К-53, Са-26,	.080	Пирожное Черемушка	43-40
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Са-15, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-1684, Б-57, Ж-78, У-190, Вит.А-1, Вит.С-73,			316

60 родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-	.200/7	Каша ячневая с маслом сливочным	27-77
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-86
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130,	.031,25/20	Бутерброд с сыром	28-37
ЭЦ-476, Б-12, Ж-14, У-73, Вит.С-1, На-686, К-			60

ГЦД

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, На-309, К-162, Са-85,	.118/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	57-55
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146,	.200	Кофейный напиток с молоком	12-95
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-	.050	Булка формовая	3-38
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, На-259, К-	.100	Рогалик с творогом	37-27
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	Йогурт фруктовый	38-85
ЭЦ-793, Б-30, Ж-30, У-104, Вит.С-1, Вит.РР-2,			150

Руководитель

Зав. производством