

**Меню Школа № 10**

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

**ОВЗ 1-4 класс**

|                                                                                                        |            |                                 |       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------|-------|
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1                                       | .31,25/20  | Бутерброд с сыром               | 17-40 |
| ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, На-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150                                  | .200/6     | Каша ячневая с маслом           | 17-96 |
| ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1                                  | .200       | Чай с молоком                   | 5-86  |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                       | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                 | 1-94  |
| ЭЦ-201, Б-6, Ж-10, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-609, К-485, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1          | .250/35    | Суп картоф.с мак. изд. тушенкой | 26-84 |
| ЭЦ-170, Б-6, Ж-6, У-23, Вит.А-1, Вит.С-132, Вит.РР-2, На-41, К-601, Са-145, Mg-52, P-103, Fe-2         | .200       | Капуста тушеная                 | 18-63 |
| ЭЦ-234, Б-19, Ж-18, Вит.РР-3, На-368, Са-3, P-1                                                        | .056       | Бифитекс нат. руб.              | 48-04 |
| ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1                                                                                | .200       | Компот из св. мандаринов        | 15-39 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                       | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                 | 1-94  |
| ЭЦ-1481, Б-56, Ж-56, У-189, Вит.А-2, Вит.С-152, Вит.РР-6, На-2240, К-1554, Са-670, Mg-137, P-560, Fe-5 |            |                                 | 154   |

**ОВЗ 5-11 класс**

|                                                                                                                  |            |                                 |       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------|-------|
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1                                                 | .31,25/25  | Бутерброд с сыром               | 21-26 |
| ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, На-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150                                            | .200/10    | Каша ячневая с маслом           | 21-02 |
| ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1                                            | .200       | Чай с молоком                   | 5-86  |
| ЭЦ-278, Б-13, Ж-14, У-25, Вит.С-1, Вит.РР-2, На-495, К-85, Са-33, Mg-10, P-52, Fe-1                              | .100       | Беляш с мясом                   | 30-92 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                                 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                 | 1-94  |
| ЭЦ-201, Б-6, Ж-10, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-609, К-485, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1                    | .250/35    | Суп картоф.с мак. изд. тушенкой | 26-84 |
| ЭЦ-540, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-98, К-272, Са-298, Mg-43, P-379, Fe-1        | .150/20    | Запеканка творожная с повидлом  | 63-87 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                                   | .200/15/7  | Чай с сахаром, лимоном          | 4-35  |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                                 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                 | 1-94  |
| ЭЦ-1838, Б-68, Ж-80, У-212, Вит.А-19, Вит.В2-1, Вит.С-22, Вит.РР-4, На-2425, К-1334, Са-857, Mg-142, P-895, Fe-6 |            |                                 | 178   |

**1-4 класс**

|                                                                                                   |            |                          |       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------|-------|
| ЭЦ-170, Б-6, Ж-6, У-23, Вит.А-1, Вит.С-132, Вит.РР-2, На-41, К-601, Са-145, Mg-52, P-103, Fe-2    | .200       | Капуста тушеная          | 18-63 |
| ЭЦ-234, Б-19, Ж-18, Вит.РР-3, На-368, Са-3, P-1                                                   | .056       | Бифитекс нат. руб.       | 48-04 |
| ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1                                                                           | .200       | Компот из св. мандаринов | 15-39 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                  | .1к/31,25г | Хлеб витаминный          | 1-94  |
| ЭЦ-604, Б-28, Ж-24, У-71, Вит.А-1, Вит.С-132, Вит.РР-5, На-590, К-636, Са-156, Mg-57, P-128, Fe-2 |            |                          | 84    |

**5-11 класс**

|                                                                                                             |            |                                 |       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------|-------|
| ЭЦ-201, Б-6, Ж-10, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-609, К-485, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1               | .250/35    | Суп картоф.с мак. изд. тушенкой | 26-84 |
| ЭЦ-540, Б-24, Ж-34, У-36, Вит.А-18, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-98, К-272, Са-298, Mg-43, P-379, Fe-1   | .150/20    | Запеканка творожная с повидлом  | 63-87 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                              | .200/15/7  | Чай с сахаром, лимоном          | 4-35  |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                            | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                 | 1-94  |
| ЭЦ-884, Б-33, Ж-44, У-90, Вит.А-19, Вит.В2-1, Вит.С-18, Вит.РР-2, На-889, К-816, Са-342, Mg-77, P-482, Fe-3 |            |                                 | 97    |

Руководитель

Зав.производством