

**Меню Школа № 10**

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

**ОВЗ 1-4 класс**

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	17-82
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	12-79
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	14-66
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/10/10	<i>Щи из св. капусты с мясом, сметаной</i>	22-73
ЭЦ-284, Б-5, Ж-8, У-48, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-1, Na-697, К-148, Са-27, Mg-41, P-122, Fe-1	.180/30	<i>Рис припущенный с овощами с нарезкой из св. огурцов</i>	22-20
ЭЦ-403, Б-21, Ж-27, У-20, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-1426, К-146, Са-59, Mg-14, P-76, Fe-1	.120/10	<i>Зразы рубленые с маслом сливочным</i>	51-64
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Виталайт</i>	8-16
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/31,25г	<i>Хлеб народный</i>	4
ЭЦ-1622, Б-50, Ж-69, У-204, Вит.А-2, Вит.С-65, Вит.РР-10, Na-3747, К-940, Са-393, Mg-116, P-495, Fe-4			154

**ОВЗ 5-11 класс**

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	17-82
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	14-66
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	12-79
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/15/10	<i>Щи из св. капусты с мясом, сметаной</i>	33-73
ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2715, К-141, Са-49, Mg-18, P-82, Fe-2	.200/25	<i>Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов</i>	21-73
ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	<i>Тфтели с соусом</i>	50-49
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	4-92
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./20	<i>Бутерброд с сыром</i>	19-86
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2
ЭЦ-1643, Б-51, Ж-66, У-213, Вит.А-2, Вит.С-42, Вит.РР-4, Na-7356, К-1044, Са-617, Mg-113, P-559, Fe-6			178

**1-4 класс**

ЭЦ-284, Б-5, Ж-8, У-48, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-1, Na-697, К-148, Са-27, Mg-41, P-122, Fe-1	.180/30	<i>Рис припущенный с овощами с нарезкой из св. огурцов</i>	22-20
ЭЦ-403, Б-21, Ж-27, У-20, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-1426, К-146, Са-59, Mg-14, P-76, Fe-1	.120/10	<i>Зразы рубленые с маслом сливочным</i>	51-64
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Виталайт</i>	8-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2
ЭЦ-807, Б-29, Ж-35, У-95, Вит.А-1, Вит.С-39, Вит.РР-8, Na-2304, К-328, Са-93, Mg-60, P-222, Fe-2			84

**5-11 класс**

ЭЦ-285, Б-7, Ж-7, У-48, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2715, К-141, Са-49, Mg-18, P-82, Fe-2	.200/25	<i>Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов</i>	21-73
ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1	.090/50	<i>Тфтели с соусом</i>	50-49
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./20	<i>Бутерброд с сыром</i>	19-86
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	4-92
ЭЦ-796, Б-29, Ж-31, У-101, Вит.А-1, Вит.С-10, Вит.РР-3, Na-5769, К-369, Са-308, Mg-53, P-275, Fe-5			97

Руководитель \_\_\_\_\_  
Зав.производством \_\_\_\_\_