

**Меню Школа № 10**

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

**1-4 класс**

|                                                                                                           |            |                                      |       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------------------|-------|
| ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1  | .150/20    | Запеканка творожная с мол. сгущенным | 90-33 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                            | .200/15/7  | Чай с сахаром, лимоном               | 7-43  |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                          | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                      | 2-24  |
| ЭЦ-666, Б-26, Ж-34, У-64, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-262, К-280, Са-266, Mg-48, P-382, Fe-2 |            |                                      | 100   |

**5-11 класс**

|                                                                                          |            |                             |       |
|------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------------|-------|
| ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1     | .180       | Картофельное пюре с сельдью | 43-30 |
| ЭЦ-276, Б-15, Ж-21, У-7, Вит.С-1, Na-1759, К-46, Са-35, Mg-8, P-45, Fe-1                 | .075/5     | Суфле Рыбка                 | 48-08 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                           | .200/15/7  | Чай с сахаром, лимоном      | 5-84  |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                         | .1к/31,25г | Хлеб витаминный             | 2-24  |
| ЭЦ-119, Б-4, У-24                                                                        | 1шт        | Вафли "Боярушка"            | 16-54 |
| ЭЦ-693, Б-25, Ж-27, У-86, Вит.С-27, Вит.РР-2, Na-3150, К-869, Са-100, Mg-50, P-176, Fe-3 |            |                             | 116   |

**ОВЗ 1-4 класс**

|                                                                                                                  |            |                                      |       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------------------|-------|
| ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150                                            | .200/3     | Каша ячневая с маслом                | 20-59 |
| ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90                                               | .200       | Кофейный напиток с молоком           | 10-61 |
| ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1                                         | .100       | Ватрушка с творогом                  | 27-73 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                                 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                      | 2-24  |
| ЭЦ-178, Б-5, Ж-9, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-3, Na-629, К-619, Са-79, Mg-55, P-123, Fe-2                    | .200/10/10 | Рассольник Домашний с цыпл, сметаной | 22-83 |
| ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1         | .150/20    | Запеканка творожная с мол. сгущенным | 90-33 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                                   | .200/15/7  | Чай с сахаром, лимоном               | 7-43  |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                                 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                      | 2-24  |
| ЭЦ-1627, Б-53, Ж-67, У-202, Вит.А-15, Вит.В2-1, Вит.С-31, Вит.РР-5, Na-1851, К-1404, Са-690, Mg-155, P-832, Fe-5 |            |                                      | 184   |

**ОВЗ 5-11 класс**

|                                                                                                       |            |                                      |       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------------------|-------|
| ЭЦ-388, Б-10, Ж-16, У-50, Вит.С-2, Na-540, К-277, Са-232, Mg-27, P-173                                | .230/10    | Каша ячневая с маслом                | 29-32 |
| ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90                                    | .200       | Кофейный напиток с молоком           | 10-61 |
| ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1                              | .100       | Ватрушка с творогом                  | 27-73 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                      | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                      | 2-24  |
| ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Са-98, Mg-69, P-154, Fe-2        | .250/10/10 | Рассольник Домашний с цыпл, сметаной | 26-10 |
| ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1                  | .150/30    | Картофельное пюре с сельдью          | 43-30 |
| ЭЦ-276, Б-15, Ж-21, У-7, Вит.С-1, Na-1759, К-46, Са-35, Mg-8, P-45, Fe-1                              | .075/5     | Суфле Рыбка                          | 48-08 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                        | .200/15/7  | Чай с сахаром, лимоном               | 5-84  |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                      | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                      | 2-24  |
| ЭЦ-119, Б-4, У-24                                                                                     | 1шт        | Вафли "Боярушка"                     | 16-54 |
| ЭЦ-1750, Б-55, Ж-64, У-236, Вит.А-9, Вит.С-64, Вит.РР-6, Na-4967, К-2184, Са-573, Mg-175, P-680, Fe-6 |            |                                      | 212   |

Руководитель

Зав. производством