

16 Ноября 2022 г.

**Меню Школа №10**

| зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),                                     | Выход       | Наименование блюда                 | Стоимость питания |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------|-------------------|
| <b><u>1-4 класс</u></b>                                                                                |             |                                    |                   |
| ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1                    | .100        | Картофельное пюре                  | 13-05             |
| ЭЦ-137, Б-2, Ж-10, У-8, Вит.А-1, Вит.С-40, Вит.РР-1, Na-21, К-212, Са-66, Mg-20, P-50, Fe-1            | .100        | Капуста, тушеная в сметанном соусе | 16-49             |
| ЭЦ-281, Б-15, Ж-16, У-20, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-1633, К-104, Са-48, Mg-11, P-45, Fe-1         | .085/5      | Шницель мясной с маслом            | 55-64             |
| ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1                                             | 0.200       | Компот из яблок                    | 12-58             |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                       | .1к/31,25г  | Хлеб витаминный 1 кус.             | 2-24              |
| ЭЦ-742, Б-22, Ж-30, У-95, Вит.А-2, Вит.С-67, Вит.РР-4, Na-2653, К-986, Са-164, Mg-62, P-190, Fe-4      |             |                                    | 100               |
| <b><u>5-11 класс</u></b>                                                                               |             |                                    |                   |
| ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1                    | .100        | Картофельное пюре                  | 13-05             |
| ЭЦ-84, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1                      | .100        | Капуста тушеная                    | 10-20             |
| ЭЦ-309, Б-17, Ж-23, У-8, Вит.С-1, Na-1971, К-52, Са-39, Mg-9, P-50, Fe-1                               | .084/5      | Суфле Рыбка с маслом               | 59-26             |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                         | .200/15     | Чай с сахаром                      | 4-04              |
| ЭЦ-504, Б-6, Ж-22, У-70, Вит.РР-1, Na-58, К-116, Са-22, Mg-12, P-66, Fe-1                              | .110        | Песочная Турбинка                  | 27-21             |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                       | .1к/31,25г  | Хлеб витаминный 1 кус.             | 2-24              |
| ЭЦ-1144, Б-31, Ж-52, У-138, Вит.С-84, Вит.РР-3, Na-3038, К-1037, Са-180, Mg-78, P-266, Fe-5            |             |                                    | 116               |
| <b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>                                                                            |             |                                    |                   |
| ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1                                                  | .1шт        | Яйцо отварное                      | 12-80             |
| ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1                  | .200/3      | Каша рисовая с маслом              | 24-88             |
| ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1                                  | .200        | Чай с молоком                      | 8-48              |
| ЭЦ-119, Б-4, У-24                                                                                      | .1шт./038г. | Вафли "Боярушка"                   | 16-54             |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                       | .1к/31,25г  | Хлеб витаминный 1 кус.             | 2-24              |
| ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1           | .200/15     | Суп картоф. с мак. изд., цыпленком | 19-06             |
| ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1                    | .100        | Картофельное пюре                  | 13-05             |
| ЭЦ-137, Б-2, Ж-10, У-8, Вит.А-1, Вит.С-40, Вит.РР-1, Na-21, К-212, Са-66, Mg-20, P-50, Fe-1            | .100        | Капуста, тушеная в сметанном соусе | 16-49             |
| ЭЦ-281, Б-15, Ж-16, У-20, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-1633, К-104, Са-48, Mg-11, P-45, Fe-1         | .085/5      | Шницель мясной с маслом            | 55-64             |
| ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1                                             | 0.200       | Компот из яблок                    | 12-58             |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                       | .1к/31,25г  | Хлеб витаминный 1 кус.             | 2-24              |
| ЭЦ-1533, Б-46, Ж-54, У-214, Вит.А-3, Вит.С-82, Вит.РР-7, Na-3853, К-1774, Са-409, Mg-142, P-580, Fe-8  |             |                                    | 184               |
| <b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>                                                                           |             |                                    |                   |
| ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1                                                  | .1шт        | Яйцо отварное                      | 12-80             |
| ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1                  | .250/8      | Каша рисовая с маслом              | 34-54             |
| ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1                                  | .200        | Чай с молоком                      | 8-48              |
| ЭЦ-119, Б-4, У-24                                                                                      | .1шт./038г. | Вафли "Боярушка"                   | 16-54             |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                       | .1к/31,25г  | Хлеб витаминный 1 кус.             | 2-24              |
| ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1           | .250/15     | Суп картоф. с мак. изд., цыпленком | 21-40             |
| ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1                    | .100        | Картофельное пюре                  | 13-05             |
| ЭЦ-84, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1                      | .100        | Капуста тушеная                    | 10-20             |
| ЭЦ-309, Б-17, Ж-23, У-8, Вит.С-1, Na-1971, К-52, Са-39, Mg-9, P-50, Fe-1                               | .084/5      | Суфле Рыбка с маслом               | 59-26             |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                         | .200/15     | Чай с сахаром                      | 4-04              |
| ЭЦ-504, Б-6, Ж-22, У-70, Вит.РР-1, Na-58, К-116, Са-22, Mg-12, P-66, Fe-1                              | .110        | Песочная Турбинка                  | 27-21             |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24                                                       | .1к/31,25г  | Хлеб витаминный 1 кус.             | 2-24              |
| ЭЦ-2044, Б-58, Ж-80, У-271, Вит.А-1, Вит.С-104, Вит.РР-6, Na-4471, К-1975, Са-463, Mg-172, P-713, Fe-9 |             |                                    | 212               |

Руководитель  
Зав.производством