

**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-88, Б-2, Ж-3, У-12, Вит.С-15, Вит.РР-1, Na-685, К-433, Са-30, Mg-19, P-56, Fe-1	.085	<i>Картофельное пюре</i>	10-76
ЭЦ-85, 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	<i>Капуста тушеная</i>	13-43
ЭЦ-335, Б-21, Ж-25, У-6, Вит.РР-8, Na-112, К-223, Са-58, Mg-25, P-214, Fe-2	0.095/10	<i>Суфле из филе птицы</i>	69-19
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-628, Б-29, Ж-31, У-57, Вит.С-109, Вит.РР-14, Na-999, К-991, Са-167, Mg-75, P-346, Fe-4			<b>106</b>
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	<i>Макаронные изделия отварные</i>	19-99
ЭЦ-264, Б-17, Ж-14, У-17, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-3189, К-36, Са-37, Mg-6, P-25, Fe-1	.100/9	<i>Биточки мясные с маслом</i>	70-48
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-04
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт./55гр.	<i>Вафли "Обыкновенное чудо"</i>	25-11
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-807, Б-31, Ж-21, У-121, Вит.С-1, Вит.РР-3, Na-6083, К-180, Са-88, Mg-27, P-123, Fe-3			<b>122</b>
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	<i>Каша манная с маслом</i>	30-31
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-92
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.032гр./1шт	<i>Печенье "Полезный завтрак"</i>	12
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/20	<i>Суп картоф. с крупой, рыбой, сметаной</i>	33-39
ЭЦ-88, Б-2, Ж-3, У-12, Вит.С-15, Вит.РР-1, Na-685, К-433, Са-30, Mg-19, P-56, Fe-1	.085	<i>Картофельное пюре</i>	10-76
ЭЦ-85, 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	<i>Капуста тушеная</i>	13-43
ЭЦ-335, Б-21, Ж-25, У-6, Вит.РР-8, Na-112, К-223, Са-58, Mg-25, P-214, Fe-2	0.095/10	<i>Суфле из филе птицы</i>	69-19
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-1343, Б-50, Ж-51, У-170, Вит.А-1, Вит.С-124, Вит.РР-16, Na-2463, К-1749, Са-446, Mg-136, P-640, Fe-6			<b>195</b>
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-254, Са-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/10	<i>Каша манная с маслом</i>	35-23
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-92
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.032гр./1шт	<i>Печенье "Полезный завтрак"</i>	12
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/25	<i>Суп картоф. с крупой, рыбой, сметаной</i>	41-47
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	<i>Макаронные изделия отварные</i>	19-99
ЭЦ-264, Б-17, Ж-14, У-17, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-3189, К-36, Са-37, Mg-6, P-25, Fe-1	.100/9	<i>Биточки мясные с маслом</i>	70-48
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-04
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт./55гр.	<i>Вафли "Обыкновенное чудо"</i>	25-11
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
ЭЦ-1624, Б-55, Ж-44, У-247, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-5, Na-7855, К-1083, Са-405, Mg-100, P-462, Fe-5			<b>224</b>

Руководитель

Зав.производством