

**Меню Школа № 10**

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b><u>1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	10-76
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	14-34
ЭЦ-221, Б-12, Ж-16, У-6, Вит.С-1, Na-1408, К-37, Са-28, Mg-7, P-36	.060/4	Суфле Рыбка	52-24
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-571, Б-19, Ж-22, У-71, Вит.А-13000, Вит.С-111, Вит.РР-4, Na-2431, К-1560, Са-328, Mg-155, P-347, Fe-4			<b>106</b>
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с зел.горошком	27-52
ЭЦ-319, Б-15, Ж-20, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-2988, К-159, Са-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	Тефтели с соусом	65-82
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-749, Б-24, Ж-26, У-105, Вит.А-13001, Вит.С-47, Вит.РР-5, Na-5630, К-1010, Са-294, Mg-132, P-320, Fe-4			<b>122</b>
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-335, Са-132, Mg-114, P-239, Fe-3	.200/5	Каша гречневая с маслом сливочным	25-23
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	8-80
ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-194, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1	.075	Ватрушка с творогом	20-81
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-76
ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-411, Са-33, Mg-23, P-67, Fe-1	.200/10/10	Рассольник Ленин. мясом, сметаной	29-40
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	Капуста тушеная	10-76
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	14-34
ЭЦ-221, Б-12, Ж-16, У-6, Вит.С-1, Na-1408, К-37, Са-28, Mg-7, P-36	.060/4	Суфле Рыбка	52-24
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1435, Б-43, Ж-47, У-209, Вит.А-13001, Вит.С-127, Вит.РР-8, Na-4270, К-2534, Са-585, Mg-321, P-801, Fe-11			<b>195</b>
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-352, Б-10, Ж-13, У-48, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-504, К-385, Са-152, Mg-131, P-275, Fe-4	.230/10	Каша гречневая с маслом сливочным	33-54
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	8-80
ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-194, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1	.075	Ватрушка с творогом	20-81
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-76
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленин. мясом, сметаной	34-09
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с зел.горошком	27-52
ЭЦ-319, Б-15, Ж-20, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-2988, К-159, Са-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	Тефтели с соусом	65-82
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1689, Б-50, Ж-55, У-253, Вит.А-13002, Вит.С-66, Вит.РР-9, Na-7740, К-2136, Са-579, Mg-321, P-826, Fe-12			<b>224</b>
<b><u>родительская плата</u></b>			
ЭЦ-317, Б-7, Ж-15, У-40, Na-26, К-68, Са-41, Mg-9, P-85, Fe-1	0.075	Кекс творожный	32-81
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-19
ЭЦ-466, Б-10, Ж-20, У-65, Вит.С-1, Na-76, К-215, Са-161, Mg-23, P-175, Fe-1			<b>50</b>

Руководитель

Зав. производством

