

**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-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	5-30
ЭЦ-242, Б-6, Ж-6, У-41, Вит.РР-1, Na-2346, К-74, Са-34, Mg-11, P-57, Fe-1	.173	Макаронные изделия отварные	17-34
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, К-121, Са-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/5	Зразы рубленые с маслом сливочным	54-70
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-788, Б-28, Ж-30, У-102, Вит.А-13000, Вит.С-54, Вит.РР-5, Na-4204, К-1029, Са-310, Mg-133, P-335, Fe-4			106
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, К-100, Са-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	8-83
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	17-94
ЭЦ-373, Б-24, Ж-27, У-9, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-230, К-81, Са-16, Mg-7, P-37, Fe-1	.080	Зразы Верх Исетские	66-57
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-884, Б-33, Ж-38, У-103, Вит.А-13002, Вит.С-60, Вит.РР-6, Na-1907, К-1052, Са-275, Mg-158, P-366, Fe-4			122
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-91
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	10-92
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/55гр.	Вафли "Обыкновенное чудо"	25-11
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-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-802, К-313, Са-45, Mg-23, P-70, Fe-1	.200/20/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	23-30
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	5-30
ЭЦ-242, Б-6, Ж-6, У-41, Вит.РР-1, Na-2346, К-74, Са-34, Mg-11, P-57, Fe-1	.173	Макаронные изделия отварные	17-34
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1188, К-121, Са-49, Mg-11, P-63, Fe-1	.100/5	Зразы рубленые с маслом сливочным	54-70
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-1672, Б-55, Ж-57, У-236, Вит.А-13001, Вит.С-73, Вит.РР-8, Na-5855, К-1701, Са-613, Mg-194, P-633, Fe-6			195
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша пшеничная с маслом сливочным	33-81
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	10-92
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/55гр.	Вафли "Обыкновенное чудо"	25-11
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-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/20/15	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	27-40
ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, К-100, Са-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	8-83
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	17-94
ЭЦ-373, Б-24, Ж-27, У-9, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-230, К-81, Са-16, Mg-7, P-37, Fe-1	.080	Зразы Верх Исетские	66-57
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-1886, Б-63, Ж-71, У-251, Вит.А-13003, Вит.С-84, Вит.РР-9, Na-3868, К-1838, Са-620, Mg-229, P-705, Fe-7			224

Руководитель

Зав. производством