

**Меню Школа № 10**

эн. пен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b><u>1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/25	<b>Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.</b>	28-87
ЭЦ-389, Б-9, Ж-24, У-17, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-2511, К-81, Са-34, Mg-9, P-28, Fe-1	.070/50	<b>Котлета мясная с соусом</b>	48-69
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	<b>Сок Фруктовый 1кор</b>	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб народный 1 кус.</b>	2-16
ЭЦ-900, Б-20, Ж-39, У-99, Вит.А-13001, Вит.С-43, Вит.РР-3, Na-3853, К-1110, Са-267, Mg-248, P-433, Fe-8			<b>106</b>
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/30	<b>Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.</b>	34-64
ЭЦ-473, Б-10, Ж-29, У-20, Вит.А-1, Вит.С-4, Na-3050, К-98, Са-41, Mg-11, P-34, Fe-1	.085/50	<b>Котлета мясная с соусом</b>	58-92
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	<b>Сок Фруктовый 1кор</b>	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб народный 1 кус.</b>	2-16
ЭЦ-1051, Б-23, Ж-47, У-111, Вит.А-13001, Вит.С-44, Вит.РР-3, Na-4620, К-1178, Са-279, Mg-276, P-479, Fe-8			<b>122</b>
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<b>Каша ячневая с маслом сливочным</b>	21-75
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Какао с молоком</b>	17-19
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./20	<b>Бутерброд с сыром</b>	21-74
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный 1 кус.</b>	2-38
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/10/10	<b>Щи из св. капусты с мясом, сметаной</b>	25-94
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/25	<b>Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.</b>	28-87
ЭЦ-389, Б-9, Ж-24, У-17, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-2511, К-81, Са-34, Mg-9, P-28, Fe-1	.070/50	<b>Котлета мясная с соусом</b>	48-69
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	<b>Сок Фруктовый 1кор</b>	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб народный 1 кус.</b>	2-16
ЭЦ-1712, Б-46, Ж-69, У-208, Вит.А-13002, Вит.С-69, Вит.РР-4, Na-5460, К-1744, Са-765, Mg-314, P-813, Fe-10			<b>195</b>
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	<b>Каша ячневая с маслом сливочным</b>	24-91
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Какао с молоком</b>	17-19
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./20	<b>Бутерброд с сыром</b>	21-74
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный 1 кус.</b>	2-38
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/15/1	<b>Щи из св. капусты с мясом, сметаной</b>	35-78
ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У-50, Вит.РР-1, Na-1369, К-306, Са-31, Mg-160, P-241, Fe-5	.180/30	<b>Каша гречневая рассыпчатая с огурцом консер.</b>	34-64
ЭЦ-473, Б-10, Ж-29, У-20, Вит.А-1, Вит.С-4, Na-3050, К-98, Са-41, Mg-11, P-34, Fe-1	.085/50	<b>Котлета мясная с соусом</b>	58-92
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	<b>Сок Фруктовый 1кор</b>	26-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб народный 1 кус.</b>	2-16
ЭЦ-1966, Б-52, Ж-82, У-232, Вит.А-13002, Вит.С-77, Вит.РР-4, Na-6480, К-1910, Са-818, Mg-350, P-892, Fe-10			<b>224</b>

Руководитель

Зав.производством

