

**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-303, Б-5, Ж-8, У-50, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-752, К-105, Са-20, Mg-39, P-116, Fe-1	.195	<i>Рис припущенный с овощами</i>	19-36
ЭЦ-362, Б-16, Ж-28, У-12, Вит.РР-6, Na-110, К-165, Са-16, Mg-16, P-139, Fe-1	.090/5	<i>Биточки из филе цыпленка бр. с маслом</i>	73-06
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	<i>Кисель Валитек</i>	11-20
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-826, Б-24, Ж-36, У-99, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-64, Вит.РР-16, Na-1043, К-304, Са-43, Mg-60, P-279, Fe-2			106
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	<i>Картофельное пюре</i>	30-20
ЭЦ-317, Б-20, Ж-24, У-5, Вит.РР-8, Na-106, К-211, Са-55, Mg-24, P-203, Fe-2	0.090/7	<i>Суфле из филе птицы</i>	62-64
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	10-24
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	<i>Вафли "Боярушка"</i>	16-54
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-764, Б-31, Ж-31, У-85, Вит.С-63, Вит.РР-14, Na-1900, К-1264, Са-133, Mg-74, P-359, Fe-4			122
<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	<i>Каша гречневая с маслом сливочным</i>	25-25
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-80
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	<i>Ватрушка с творогом</i>	28-45
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-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, Na-828, К-436, Са-35, Mg-25, P-88, Fe-1	.200/10/10	<i>Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной</i>	24-12
ЭЦ-303, Б-5, Ж-8, У-50, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-752, К-105, Са-20, Mg-39, P-116, Fe-1	.195	<i>Рис припущенный с овощами</i>	19-36
ЭЦ-362, Б-16, Ж-28, У-12, Вит.РР-6, Na-110, К-165, Са-16, Mg-16, P-139, Fe-1	.090/5	<i>Биточки из филе цыпленка бр. с маслом</i>	73-06
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	<i>Кисель Валитек</i>	11-20
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-1695, Б-48, Ж-63, У-229, Вит.А-2, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-80, Вит.РР-20, Na-2775, К-1291, Са-298, Mg-225, P-746, Fe-8			195
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-383, Б-11, Ж-14, У-52, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-418, Са-165, Mg-142, P-299, Fe-4	.250/10	<i>Каша гречневая с маслом сливочным</i>	34-27
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-80
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-16, Mg-10, P-63, Fe-1	.100	<i>Ватрушка с творогом</i>	28-45
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-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, К-545, Са-43, Mg-32, P-110, Fe-1	.250/10/10	<i>Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной</i>	28-10
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	<i>Картофельное пюре</i>	30-20
ЭЦ-317, Б-20, Ж-24, У-5, Вит.РР-8, Na-106, К-211, Са-55, Mg-24, P-203, Fe-2	0.090/7	<i>Суфле из филе птицы</i>	62-64
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	10-24
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	<i>Вафли "Боярушка"</i>	16-54
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-1748, Б-59, Ж-64, У-229, Вит.А-1, Вит.С-83, Вит.РР-18, Na-3949, К-2443, Са-429, Mg-274, P-908, Fe-11			224

Руководитель  
Зав. производством

