

**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-217, Б-12, Ж-14, У-12, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1793, К-95, Са-31, Mg-10, P-34, Fe-1	.075/5	<i>Тефтели рыбные с маслом сливочным</i>	69-58
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-760, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150/20	<i>Картофельное пюре с нарезкой из св. огурцов</i>	30-22
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-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2-16
ЭЦ-515, Б-18, Ж-20, У-67, Вит.С-30, Вит.РР-4, Na-3184, К-914, Са-96, Mg-52, P-165, Fe-3			106
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-477, Б-11, Ж-33, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.057/57	<i>Гуляш</i>	62-96
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2444, К-127, Са-44, Mg-16, P-74, Fe-1	.180/30	<i>Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов</i>	29-50
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 народный 1 кус.</i>	2-16
	.1шт./30г	<i>Пирожное "Чоко пай"</i>	17-14
ЭЦ-854, Б-21, Ж-39, У-75, Вит.С-36, Вит.РР-5, Na-2628, К-233, Са-56, Mg-26, P-111, Fe-1			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	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	24-91
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-107, Б-1, У-26, Вит.РР-1, К-46, Са-4, Mg-3, P-5	.31,25 /10/35	<i>Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом</i>	23-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2-16
ЭЦ-174, Б-7, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-492, К-294, Са-25, Mg-17, P-63, Fe-1	.200/25/10	<i>Суп карт. с горохом, цыплекном, сметаной</i>	30-09
ЭЦ-217, Б-12, Ж-14, У-12, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1793, К-95, Са-31, Mg-10, P-34, Fe-1	.075/5	<i>Тефтели рыбные с маслом сливочным</i>	69-58
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-760, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150/20	<i>Картофельное пюре с нарезкой из св. огурцов</i>	30-22
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-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2-16
ЭЦ-1297, Б-40, Ж-44, У-190, Вит.А-1, Вит.С-41, Вит.РР-7, Na-4320, К-1532, Са-320, Mg-102, P-401, Fe-5			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	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	33-81
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-107, Б-1, У-26, Вит.РР-1, К-46, Са-4, Mg-3, P-5	.31,25 /10/35	<i>Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом</i>	23-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2-16
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25/15	<i>Суп карт. с горохом, цыплекном, сметаной</i>	34-19
ЭЦ-477, Б-11, Ж-33, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.057/57	<i>Гуляш</i>	62-96
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2444, К-127, Са-44, Mg-16, P-74, Fe-1	.180/30	<i>Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов</i>	29-50
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 народный 1 кус.</i>	2-16
	.1шт./30г	<i>Пирожное "Чоко пай"</i>	17-14
ЭЦ-1761, Б-47, Ж-68, У-214, Вит.А-1, Вит.С-51, Вит.РР-8, Na-3996, К-961, Са-317, Mg-84, P-386, Fe-3			224

Руководитель  
Зав.производством

