

**Меню Школа № 10**

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

**1-4 класс**

ЭЦ-349, Б-22, Ж-25, У-8, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-216, К-76, Са-15, Mg-7, P-35, Fe-1	.075	<b>Зразы -Верх-Исетские-</b>	70-03
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/45	<b>Каша гречневая рассыпчатая с лечо</b>	29-55
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	2-38
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	4-04
			<b>106</b>

**5-11 класс**

ЭЦ-317, Б-20, Ж-24, У-5, Вит.РР-8, Na-106, К-211, Са-55, Mg-24, P-203, Fe-2	0.090/5	<b>Суфле из филе птицы</b>	64-43
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	<b>Картофельное пюре, огурец консервиров</b>	33-57
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	4-04
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<b>Бутерброд с сыром</b>	19-96
			<b>122</b>

**ОВЗ 1-4 класс**

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<b>Яйцо отварное</b>	12-80
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<b>Каша пшеничная с маслом</b>	23-53
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	2-38
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	16-31
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/10/10	<b>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</b>	33-98
ЭЦ-349, Б-22, Ж-25, У-8, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-216, К-76, Са-15, Mg-7, P-35, Fe-1	.075	<b>Зразы -Верх-Исетские-</b>	70-03
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/45	<b>Каша гречневая рассыпчатая с лечо</b>	29-55
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	2-38
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	4-04
			<b>195</b>

**ОВЗ 5-11 класс**

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<b>Яйцо отварное</b>	12-80
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	<b>Каша пшеничная с маслом</b>	27-16
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	2-38
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	16-31
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	<b>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</b>	43-35
ЭЦ-317, Б-20, Ж-24, У-5, Вит.РР-8, Na-106, К-211, Са-55, Mg-24, P-203, Fe-2	0.090/5	<b>Суфле из филе птицы</b>	64-43
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	<b>Картофельное пюре, огурец консервиров</b>	33-57
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	4-04
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<b>Бутерброд с сыром</b>	19-96
			<b>224</b>

Руководитель

Зав.производством

**Меню Школа № 10**

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

**1-4 класс**

ЭЦ-349, Б-22, Ж-25, У-8, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-216, К-76, Са-15, Mg-7, P-35, Fe-1	.075	<b>Зразы -Верх-Исетские-</b>	<b>70-03</b>
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/45	<b>Каша гречневая рассыпчатая с лечо</b>	<b>29-55</b>
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	<b>2-38</b>
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	<b>4-04</b>
			<b>106</b>

**5-11 класс**

ЭЦ-317, Б-20, Ж-24, У-5, Вит.РР-8, Na-106, К-211, Са-55, Mg-24, P-203, Fe-2	0.090/5	<b>Суфле из филе птицы</b>	<b>64-43</b>
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	<b>Картофельное пюре, огурец консервов</b>	<b>33-57</b>
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	<b>4-04</b>
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>19-96</b>
			<b>122</b>

**ОВЗ 1-4 класс**

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<b>Яйцо отварное</b>	<b>12-80</b>
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<b>Каша пшеничная с маслом</b>	<b>23-53</b>
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	<b>2-38</b>
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>16-31</b>
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/10/10	<b>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</b>	<b>33-98</b>
ЭЦ-349, Б-22, Ж-25, У-8, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-216, К-76, Са-15, Mg-7, P-35, Fe-1	.075	<b>Зразы -Верх-Исетские-</b>	<b>70-03</b>
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, К-255, Са-26, Mg-134, P-201, Fe-5	.150/45	<b>Каша гречневая рассыпчатая с лечо</b>	<b>29-55</b>
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	<b>2-38</b>
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	<b>4-04</b>
			<b>195</b>

**ОВЗ 5-11 класс**

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<b>Яйцо отварное</b>	<b>12-80</b>
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	<b>Каша пшеничная с маслом</b>	<b>27-16</b>
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	<b>2-38</b>
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>16-31</b>
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	<b>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</b>	<b>43-35</b>
ЭЦ-317, Б-20, Ж-24, У-5, Вит.РР-8, Na-106, К-211, Са-55, Mg-24, P-203, Fe-2	0.090/5	<b>Суфле из филе птицы</b>	<b>64-43</b>
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/20	<b>Картофельное пюре, огурец консервов</b>	<b>33-57</b>
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	<b>4-04</b>
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>19-96</b>
			<b>224</b>

Руководитель

Зав.производством