

**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-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/20	<b>Запеканка творожная с повидлом</b>	91-84
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>	10-92
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<b>Булка формовая</b>	3-24
ЭЦ-792, Б-31, Ж-39, У-80, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-366, К-421, Са-384, Mg-60, P-477, Fe-2			<b>106</b>
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200/50	<b>Макаронные изделия отварные с лечо</b>	32-35
ЭЦ-368, Б-22, Ж-25, У-14, Вит.РР-9, Na-151, К-254, Са-44, Mg-24, P-208, Fe-2	.080	<b>Котлета из филе цыпленка бр.</b>	57-14
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<b>Чай с сахаром, лимоном</b>	8-94
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1	.050/21	<b>Бутерброд с сыром</b>	23-57
ЭЦ-926, Б-38, Ж-39, У-105, Вит.РР-11, Na-3264, К-441, Са-298, Mg-57, P-427, Fe-5			<b>122</b>
<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	<b>Каша пшеничная с маслом</b>	23-53
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-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>	17-28
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<b>Булка формовая</b>	3-24
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	.200/25/10	<b>Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной</b>	32-15
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/20	<b>Запеканка творожная с повидлом</b>	91-84
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>	10-92
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<b>Булка формовая</b>	3-24
ЭЦ-1627, Б-56, Ж-72, У-189, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-21, Вит.РР-5, Na-1947, К-1140, Са-705, Mg-123, P-846, Fe-5			<b>195</b>
<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	<b>Каша пшеничная с маслом</b>	32-07
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-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>	17-28
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<b>Булка формовая</b>	3-24
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	.250/25/15	<b>Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной</b>	36-61
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200/50	<b>Макаронные изделия отварные с лечо</b>	32-35
ЭЦ-368, Б-22, Ж-25, У-14, Вит.РР-9, Na-151, К-254, Са-44, Mg-24, P-208, Fe-2	.080	<b>Котлета из филе цыпленка бр.</b>	57-14
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<b>Чай с сахаром, лимоном</b>	8-94
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1	.050/21	<b>Бутерброд с сыром</b>	23-57
ЭЦ-1879, Б-66, Ж-78, У-228, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-14, Na-5155, К-1274, Са-661, Mg-130, P-837, Fe-9			<b>224</b>
<b><u>родительская плата</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	<b>Каша пшеничная с маслом</b>	23-53
ЭЦ-86, Б-10, Ж-4, У-19, Вит.В2-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-42, К-1115, Са-268, Mg-192, P-391, Fe-35	.200	<b>Чай пакетированный с молоком</b>	10-43
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-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<b>Булка формовая</b>	3-24
ЭЦ-629, Б-28, Ж-23, У-92, Вит.В2-1, Вит.С-6, Вит.РР-4, Na-771, К-1374, Са-424, Mg-218, P-600, Fe-37			<b>50</b>
<b><u>родительская плата</u></b>			
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	.200/22/10	<b>Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной</b>	29-92
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-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-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<b>Булка формовая</b>	3-24
ЭЦ-414, Б-13, Ж-15, У-55, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-3, Na-1095, К-451, Са-83, Mg-39, P-196, Fe-4			<b>50</b>

Руководитель

Зав. производством